

cuerpos con sombra

acerca del entrenamiento
corporal del actor

Gabriela Pérez Cubas

Pérez Cubas, Gabriela

Cuerpos con sombra : acerca del entrenamiento corporal del actor / Gabriela Pérez Cubas ; ilustrado por Oscar Ortiz. - 1a. ed. - Buenos Aires : Inst. Nacional del Teatro, 2011. 148 p. ; 22x15 cm. - (Estudios Teatrales)

ISBN 978-987-9433-92-8

1. Teoría del Teatro. I. Ortiz, Oscar, ilus. II. Título.
CDD 792.01

Fecha de catalogación: 06/04/2011

Esta edición fue aprobada por el Consejo de Dirección del INT en Acta N° 299/10
Ejemplar de distribución gratuita - Prohibida su venta

C O N S E J O E D I T O R I A L

- > Marcelo Lacerna
- > Claudio Pansera
- > Rodolfo Pacheco
- > Carlos Leyes
- > Ariel Molina
- > Carlos Pacheco

S T A F F E D I T O R I A L

- > Carlos Pacheco
- > Raquel Weksler
- > Graciela Holfeltz
- > Elena del Yerro (*Corrección*)
- > Mariana Rovito (*Diseño de tapa*)
- > Gabriel D'Alessandro (*Diagramación interior*)
- > Grillo Ortiz (*Ilustración de tapa*)

© Inteatro, editorial del Instituto Nacional del Teatro

ISBN 978-987-9433-92-8

Impreso en la Argentina - Printed in Argentina.
Queda hecho el depósito que marca la Ley 11.723.
Reservados todos los derechos.

Impreso en Buenos Aires, marzo de 2011.
Primera edición: 2.000 ejemplares

*A mi madre Miriam y a mi hija Malena,
por tejer las luces y las sombras de mi existencia.*

“Lo hueco suena”.
B. J. P.

La palabra “entrenamiento” remite, por lo general, a una ejercitación sistemática cuyo objetivo es ampliar las capacidades físicas del cuerpo, de manera de superar límites cada vez más exigentes. Así, entrena el deportista, el soldado y todas aquellas personas vinculadas a alguna actividad en donde el cuerpo es el eje del trabajo. Desde esta perspectiva, entrenar supone ejercitar paralelamente, la concentración, la voluntad y también el afán competitivo. Se entrena para ganar.

Sin embargo, si pensamos en el entrenamiento corporal y expresivo del actor, ¿podremos sostener una definición de “entrenamiento” en estos términos? Si el actor entrena, ¿lo hace para ganar? ¿Para ganar qué cosa? “El actor es un atleta del alma”, nos dice Artaud.

Es en este punto donde a los teatristas se nos abre una nueva perspectiva acerca de lo que el término entrenamiento implica para el actor, y acerca de lo que supone una ganancia. No es al azar que hablo de ganancia y no de triunfo. Para que exista un triunfador debe instalarse en algún lugar la figura de un perdedor. Pero cuando el actor entrena no necesita, afortunadamente, identificar a un posible contrincante y entrenarse con el afán de superarlo para obtener un triunfo.

El actor entrena para sí mismo y para construir su arte en relación con sus colegas y lo que gana es el reconocimiento y enriquecimiento de sus capacidades expresivas, creativas y comunicativas. Mediante el entrenamiento el actor se reconoce como sujeto y como objeto de su propio arte.

La mayoría de los estudios sobre el arte del actor alude, aunque sea implícitamente, a una concepción de entrenamiento corporal determinada. Algunos hasta proponen una técnica particular. Sin dudas, el cuerpo del actor es el objeto central de las propuestas de entrenamiento. Sin embargo, las divergencias surgen cuando llega el momento de definir qué es lo que se debe entrenar. ¿Serán la motricidad y las formas expresivas? ¿Serán las emociones y las sensaciones? ¿Qué pasa con las primeras si se entrenan las segundas? ¿Qué sucede si es a la inversa?

Es lícito pensar que si se entrenan las formas expresivas y la motricidad, las emociones y las sensaciones encontrarán su cauce a través de las formas descubiertas. Y también es acertado creer que si se trabaja sobre las emociones y las sensaciones, las formas expresivas serán el resultado externo del contenido interno del actor. Cualquiera de las dos posiciones son valederas porque el sujeto que entrena es el mismo y porque esos diferentes aspectos forman parte de un mismo organismo: el humano. Todos los que tenemos alguna experiencia como actores, actrices, directores, pedagogos, etcétera, lo sabemos. Es imposible pretender entrenar un aspecto aislado, por ejemplo una forma de caminar, sin que este genere un cierto estado emocional y detone determinadas imágenes.

Entonces, lo que se entrena no es el cuerpo como objeto, que el actor posee y debe disciplinar. Es el sujeto mismo el que se pone en funcionamiento toda vez que entrena, independientemente de cuáles sean las estrategias elegidas. El cuerpo es a la vez posesión y esencia. Uno tiene un cuerpo, porque puede distanciarse de él para observarse y criticarse. Y al mismo tiempo uno es su propio cuerpo, porque por más que lo observemos y lo critiquemos no podemos ser otra cosa más que él. Es la corporeidad en su integración de mente, cuerpo y psiquis el núcleo del entrenamiento del actor. Es el ser encarnado quien se pone en funcionamiento cuando empieza a entrenar, porque es el ser encarnado quien actúa.

Tal como afirma el antropólogo David Le Breton, “Vivir consiste en reducir continuamente el mundo al cuerpo, a través de lo simbólico que este encarna”.¹ Cada uno de nosotros es la encarnación de nuestra experiencia en el mundo. Y dado que cada individuo es único, cada experiencia es única. Por lo tanto, la experiencia del entrenamiento será diferente para cada actor que la realice. Entonces, ¿por dónde empezamos? ¿Qué es lo que entrena el actor? ¿Para qué entrena un actor? ¿Es válido aplicar técnicas creadas por otros, en otro tiempo y en otro lugar? ¿Estaremos hablando de las mismas experiencias? Hace casi medio siglo, Jerzy Grotowski decía:

...consideramos que el aspecto medular del arte teatral es la técnica escénica y personal del actor... No queremos enseñarle al actor un conjunto preestablecido de técnicas o proporcionarle fórmulas para que salga de apuros. El nuestro no intenta ser un método deductivo de técnicas coleccionadas... La nuestra es una vía negativa, no una colección de técnicas, sino una destrucción de obstáculos.²

Podemos encontrar en estas afirmaciones la síntesis de las respuestas a

nuestras preguntas, inclusive la síntesis de las respuestas de muchos de los grandes maestros del teatro partiendo, claro está, de Stanislavski. El actor entrena para encontrar su propia técnica escénica y personal, el punto de partida será su experiencia del mundo, sus formas de sentir, pensar y actuar en el mundo que lo constituyen como sujeto. El modo de hacerlo será a través de la superación de obstáculos mediante un proceso que le permita reconocerse.

Podríamos arriesgar ahora nuestras propias respuestas a las preguntas que planteábamos antes: en un proceso de entrenamiento, el actor se reconoce para descubrir dificultades y habilidades y se ejercita para potenciar habilidades y diluir dificultades. Cuando se reconoce, descubre sus propias formas de encarnar, como dice Le Breton, su experiencia del mundo y cuando ejercita lo hace para construir sus propias técnicas escénicas. Es de suponer entonces, que cada proceso será diferente para cada actor.

Si bien estas respuestas pueden orientarnos conceptualmente, no nos ofrecen ayuda para definir de qué modo es posible implementar un entrenamiento de este tipo en un grupo particular de actores. Lo que sigue, es resultado de mi propia experiencia como actriz y profesora de entrenamiento corporal para actores.³ El hecho de adquirir ciertas certezas, gracias a la experiencia escénica y de tener que organizar una propuesta pedagógica para el entrenamiento del actor, me planteó una serie de cuestionamientos. Debía encontrar el modo de proponer e implementar un sistema capaz de orientar el proceso de autoconocimiento del actor hacia la construcción de técnicas propias para la escena. Y debía darle a este sistema una estructura lo suficientemente flexible como para adaptarse a las particularidades de distintos grupos de actores.

Sobre estas premisas elaboré un proyecto de investigación,⁴ que me permitió profundizar en la relación entre movimiento, emoción y expresión y reflexionar acerca de los modos en que la experiencia vital del sujeto, puede transformarse en existencia escénica.

Primer paso: ¿qué indagar?

La inquietud por ahondar en el conocimiento teórico y metodológico sobre el entrenamiento del actor surgió en mí, a partir de la necesidad de encontrar una síntesis de las propuestas de entrenamiento conocidas, capaz de adaptarse a una

estructura temporal, ya sea un programa de estudios, el proceso de entrenamiento de un grupo en particular, o una estructura pedagógica formal. Por lo general la formación del actor abarca tres grandes áreas: la educación de la voz, las técnicas de actuación y el entrenamiento corporal. Si bien esta división se basa en el interés por profundizar en conocimientos específicos de cada área, esto plantea una serie de desafíos para quien se proponga sistematizar y aplicar un método de entrenamiento. Es preciso encontrar una síntesis operativa para sistematizar una propuesta capaz de llevarse a cabo en el tiempo disponible y al mismo tiempo es necesario, por el bien del actor, encontrar la forma de establecer las conexiones con las otras áreas

En virtud de esta necesidad y atendiendo a las palabras de Grotowski acerca del entrenamiento como destrucción de obstáculos antes que como aplicación de recetas, me propuse identificar los problemas más recurrentes en distintos grupos de actores. Esto me permitiría delinear una propuesta que se desarrollara de lo general a lo particular atendiendo a las características grupales y evolucionando hacia las individuales. Luego de un tiempo de análisis descubrí que existían, en las formas de moverse y expresarse de los actores observados, una serie de aspectos en los cuales era necesario detenerse y profundizar para avanzar en el desarrollo del proceso. Los aspectos que detecté como características recurrentes en los diferentes grupos fueron:

- La existencia de ciertos patrones –posturales, motores y expresivos– que aparecían de forma recurrente en los actores. Esos patrones –si bien determinan el tipo de expresividad de un sujeto y forman parte de su identidad– muchas veces se estructuran de tal forma que limitan el desarrollo expresivo y afectan el proceso de creación del actor.

- La existencia de una relación directa entre patrones de movimiento restringidos y focos de tensión muscular, que afectaban las posibilidades expresivas de los actores. Esos patrones de movimiento y esos focos de tensión muscular, aparecían en la escena, aun en la composición de un personaje. Por lo tanto, en la escena el actor se hacía más fácilmente identificable por sus características personales que por su composición teatral.

- A través de los patrones de movimiento y expresividad era posible identificar la pertenencia social de los sujetos.

De esta forma, los patrones de movimiento surgieron como denominador común de los aspectos analizados y se definieron como objeto de estudio de mi investigación. Sobre esta base, elaboré las siguientes hipótesis para orientar mi estudio:

a) los patrones de movimiento generan, según su grado de cristalización, limitaciones en el desempeño kinestésico-expresivo del actor, llegando hasta impedir al sujeto la indagación en sus posibilidades expresivas;

b) el conocimiento de las características más relevantes, o más evidentes, de los patrones de movimiento puede aportar elementos para organizar métodos de abordaje y permeabilización de los mismos, capaces de insertarse en una propuesta para el entrenamiento del actor;

c) el trabajo sobre los patrones de movimiento, como parte de un proceso de entrenamiento para la escena, puede resultar una tarea de autoconocimiento a través de la cual el sujeto amplíe su capacidad expresiva.

Si bien era factible en un entrenamiento de este tipo, se hacía necesario identificar aquellos aspectos que condicionaban el desarrollo de un posible abordaje en la práctica de los patrones. Por ejemplo, el contexto cultural donde el sujeto se inserta, que influye en los modos más generales de comportamiento y el grado de cristalización que los patrones de movimiento presentan en los distintos integrantes de un grupo. Los resultados de un trabajo de este tipo dependerán en buena medida de tales aspectos. Aquellos sujetos que presentan menos dificultades, lo que podemos entender como menos limitaciones en sus patrones de movimiento, alcanzarán mejores resultados⁵ dentro del tiempo de trabajo. Sin embargo, aquellas personas cuya movilidad presenta una patronización más cristalizada necesitan mayor tiempo para alcanzar los mismos resultados que sus colegas anteriores. Esto puede generar alteraciones temporales en el proceso de trabajo, afectando a quienes necesitan más tiempo. Es importante destacar que, el hecho de intentar modificar o ampliar esquemas de movimientos implica la movilización y reestructuración integral del individuo. Así, cada persona seguirá sus propias formas y tiempos, en el marco de los objetivos temporales del proyecto teatral.

Lo que aquí presento es el desarrollo de la investigación organizada en tres grandes momentos. El primero de indagación teórica, el segundo –basado en el anterior– donde se describen y analizan las actividades realizadas para la observación, recolección y análisis de datos y el tercero donde se articula una propuesta conceptual y metodológica para el entrenamiento corporal y expresivo del actor. Para finalizar, agrego en forma de anexos los apartados referidos a la metodología aplicada en la investigación, a la clasificación de patrones de movimiento y a las entrevistas realizadas.

Es mi interés al publicar este trabajo aportar elementos para el análisis y la comprensión del movimiento y la expresividad con el objeto de reorientar sus lógicas de funcionamiento cotidianas dentro de un espacio y un tiempo escénicos. El estudio del movimiento y la expresividad humanos es por su naturaleza una tarea que no permite arribar a conclusiones definitivas ni a categorías excluyentes. Se trata más bien de dejar abiertos ciertos interrogantes para continuar reflexionando sobre este campo que considero no ha adquirido el mismo grado de relevancia que las técnicas específicas para la interpretación y que, sin embargo, constituye su base.

Debo agradecer a todos aquellos que me apoyaron en la búsqueda y que contuvieron con su presencia mi ansiedad en los momentos en que todo aparecía brumoso. Vaya mi afectuoso reconocimiento a mis maestros: Raúl Serrano y Justo Gisbert por enseñarme la certeza de un método, Elina Matoso por animarme a descubrir el cuerpo humano como entramado cultural y emocional, a Carlos Catalano por apoyarme para investigar y proyectarme desde una pequeña ciudad a la universalidad del arte del actor, a Ciane Fernandes por orientarme en la investigación y a todos los actores que depositaron su confianza en mí para aplicar en la práctica mis propuestas.

NOTAS

1. Le Breton, David. *Antropología del cuerpo y modernidad*, Nueva Visión, Buenos Aires, 1995.
2. Jerzy Grotowski, *Teatro laboratorio*, Barcelona, Tusquets, 1970, p.11.
3. Mi desempeño como profesora de entrenamiento corporal se lleva a cabo en la cátedra de Expresión Corporal II de la Carrera de Teatro de la Facultad de Arte de la Universidad Nacional del Centro de la Provincia de Buenos Aires, ubicada en la ciudad de Tandil.
4. Proyecto desarrollado en el marco del Programa de Pos Graduación en Artes Escénicas, de la Universidad Federal de Bahía, en Brasil, para optar al grado de Magíster en Artes Escénicas.
5. Como resultado, me refiero a la capacidad expresiva variada, realizando ejercicios y movimientos de complejidad relativa a elevada, a la simultaneidad en el uso de diferentes partes del cuerpo con coordinación motriz, variando de fuerte a leve, controlado a libre, por ejemplo.

los orígenes, las causas, los modos

capítulo 1

El Movimiento Corporalista

La reeducación y el entrenamiento corporal del actor son algunos de los aspectos de la pedagogía teatral donde confluyen diversas y numerosas disciplinas que, desde distintos ángulos, ofrecen una propuesta teórico-metodológica para abordarlos. Algunas más conocidas que otras, todas presentan cierto grado de utilidad para los fines actorales, dependiendo de los intereses de quien las aplique.

Actualmente existe una diversidad de enfoques que comprenden a la corporeidad como la integración de los aspectos físicos y simbólicos que interrelacionados sostienen la existencia del sujeto. Esas disciplinas no son patrimonio exclusivo del campo artístico, muchas personas recurren a algún tipo de ejercitación alternativa a la cultura del *fitness* o *body building* (construcción y puesta a punto del cuerpo) en busca de nuevas formas de sentirse y de comprenderse. Prueba de esto son los numerosos talleres de Yoga, Tai Chi Chuan, Kung Fu, Danzas milenarias, etcétera, que se ofrecen en distintos ámbitos.

En lo que hace al entrenamiento corporal y expresivo del actor, mucho puede discutirse acerca de cuál es la propuesta más adecuada a sus necesidades. Sin embargo, cuando lo que se intenta definir es cuál es el objeto del entrenamiento del actor, las opiniones parecen confluir en una misma opinión: es el sujeto/actor quien entrena. Y es que todo ejercicio, todo movimiento se relaciona en algún punto con la subjetividad, con el mundo interno del sujeto, modificando sus modos de percibirse y relacionarse consigo mismo y con el entorno. Si bien esta es una apreciación que puede resultarnos obvia, la concepción del ser humano como una integración e interrelación de aspectos resulta, para la modernidad occidental, relativamente reciente.

El interés por explorar la relación entre subjetividad y cuerpo puede rastrearse, en las sociedades occidentales hacia fines del siglo XIX. Desde entonces, emerge en los países del norte europeo y en los Estados Unidos, un movimiento que algunos autores denominan Movimiento Corporalista.¹ Este movimiento generó, en los diversos campos del arte y del conocimiento, nuevas formas de comprender y explicar el comportamiento humano. Según Dominique Picard,

lo que hace a la unidad del discurso corporalista no es tanto la homogeneidad teórica como la temática en común, que puede articularse alrededor de algunos ejes fundamentales: una concepción organicista de la persona (como unidad biológica); la primacía del principio del placer; la infancia como paradigma del cuerpo natural, una crítica de la sociedad represiva a través de un enfoque psicológico y no ya solamente político.²

Basadas en la ideología corporalista, fueron surgiendo distintas propuestas teóricas y metodológicas que se aplicaron en el campo de las artes, la pedagogía, la psicología y la terapéutica. El cuerpo humano comenzó a ser visto no como objeto –posesión– de la persona, sino como la encarnadura de su propia existencia. Era posible entonces, comprender al sujeto a través del cuerpo. Bajo esta concepción un nuevo campo de estudios se desarrolló. Según Michele Mangione,³ ese nuevo campo evolucionó hasta la actualidad presentando tres etapas en su desarrollo. La primera etapa se vincula con la emergencia del Movimiento Corporalista, a comienzos del siglo XX, y llega hasta los años treinta. En esa fase los pioneros de ese nuevo campo desarrollaron sus técnicas. De 1930 a 1970 se constituye la segunda fase a través de la diseminación y sistematización de esos métodos y la creación de otros.⁴ Se destacan aquí nombres tales como Rudolf Laban, Mathias Alexander y Moshe Feldenkrais,⁵ cuyos estudios ejercieron una influencia decisiva en la evolución del área. De los años 70 hasta nuestros días se define la tercera fase, donde surgen diferentes aplicaciones en distintos campos de las propuestas originales.

Años atrás, algunas de las propuestas surgidas de este movimiento se agruparon bajo la denominación de Educación Somática.⁶ Según Sylvie Fortin, la Educación Somática es el campo de estudio que “engloba una diversidad de conocimientos donde los dominios sensorial, cognitivo, motor, afectivo y espiritual se mixturán con énfasis diferentes”.⁷ Consolidada como área específica de trabajo corporal,⁸ la Educación Somática es, para Tomas Hanna:⁹ “el arte y la ciencia de un proceso relacional interno entre la consciencia, lo biológico y el medio ambiente, estos tres factores siendo vistos como un todo actuando en sinergia”. Se incluyen dentro de esta designación las prácticas de Mathias Alexander, Rudolf Laban, Moshe Feldenkrais, Irmgard Bartenieff, Bonnie Bainbridge Cohen,¹⁰ entre otros. Por su encuadre holístico para comprender al ser humano, el campo de la Educación Somática permite articularse con distintas disciplinas. En su relación con las artes escénicas, la Educación Somática ha contribuido al enriquecimiento de metodologías de enseñanza y entrenamiento del artista.

Ya desde sus orígenes, las propuestas de François Delsarte¹¹ y Jacques Dalcroze¹²

articularon ambas áreas e introdujeron innovaciones en el campo escénico. La estrecha vinculación que se estableció entre los creadores de ambos ámbitos constituye hoy el fundamento de nuestras prácticas artísticas. De hecho, en las propuestas de entrenamiento de Constantin Stanislavsky, se puede apreciar la concepción de la integridad cuerpo/mente del actor, además de utilizar conceptos y ejercicios provenientes de la Rítmica Dalcroziana. Las ideas del maestro ruso y sus discípulos Vsevolod Meyerhold y Mijail Vajtangov, que adherían ideológicamente al Movimiento Corporalista, ejercieron una fuerte influencia sobre el teatro de la segunda mitad del siglo XX. Nombres tales como Antonin Artaud, Bertolt Brecht, Jerzy Grotowski, Peter Brook, Eugenio Barba, por nombrar solo algunos de los más destacados, desarrollan sus propuestas en el marco de una concepción organicista del sujeto/actor.¹³

Es, en este contexto, que se concibe a la pedagogía y al entrenamiento del actor de forma integral, los ejercicios no solo son físicos, involucran al sujeto en todos sus aspectos: emocionales, cognitivos, expresivos, etcétera. En un proceso de este tipo, el actor se reconecta gradualmente con sus particularidades emocionales, motrices y expresivas. Estas características personales pueden comprenderse como patrones de comportamiento. El ser humano, como los demás órdenes naturales, organiza su comportamiento social y orgánico por medio de formas patronizadas que establecen los modos, los tiempos y las intensidades del comportamiento. En lo que a nuestros intereses respecta, vamos a analizar la forma en que la Educación Somática define y estudia a los patrones de movimiento, para comprender mejor su constitución y su funcionamiento.

Lo visible y lo perceptible

La mente es como el viento y el cuerpo como la arena:
si quieres saber cómo sopla el viento
tienes que mirar la arena.
BONNIE BAINBRIDGE COHEN

Cuando hablamos de movimiento, generalmente nos referimos a un desplazamiento de un cuerpo u objeto, realizado dentro de un espacio y durante un tiempo determinados, para el cual fue necesario utilizar una cierta cantidad de energía. El movimiento humano es un fenómeno observable. Sin embargo lo que resulta visible del movimiento es solo un aspecto de este. Hacia el interior del sujeto existe todo un sistema de conexiones, de relaciones, que deben establecerse para

poder generar un movimiento.

Desde una óptica fisiológica, la conexión entre el sistema nervioso y el sistema muscular es la responsable de la ejecución de los movimientos. Las formas habituales de relacionarnos con el entorno o con nosotros mismos tienen su origen allí. Como afirma Irene Dowd,¹⁴ todos los patrones de alineación postural, todo uso muscular, todo movimiento humano está dirigido y coordinado por la actividad de nuestro sistema nervioso que en coordinación con el sistema muscular desarrolla planos de ejecución o patrones de movimiento. Según Peggy Hackney,¹⁵ un patrón de movimiento es "...un plano o modelo desarrollado por el sistema neuromuscular para ejecutar secuencias de movimiento, las cuales se transforman en un conjunto habitual de sendas neuromusculares que se ponen en juego para cumplir con una intención".

De acuerdo con Bonnie Bainbridge Cohen, terapeuta norteamericana, todos los sistemas componentes del cuerpo, interactúan en la generación del movimiento: esqueleto, ligamentos, músculos, tejidos conectivos, grasa, piel, órganos, glándulas endocrinas, fluidos; respiración y vocalización, sentidos y percepción. Esto nos permite entender que todo el sujeto se involucra, el ser humano como sistema orgánico integrado es protagonista del movimiento.

Sostener las formas de expresión a través de los sistemas del cuerpo es el proceso de nuestro desarrollo motor, tanto ontogenético (desarrollo infantil humano) como filogenético (la progresión evolucionaria a través del reino animal).¹⁶

Y dado que el sujeto completo se involucra en el movimiento, es posible identificar a través del estudio del movimiento las manifestaciones físicas de la mente. Como afirma, Cohen:¹⁷

Nuestro cuerpo se mueve como se mueve la mente. Las calidades de cualquier movimiento son la manifestación de cómo la mente se está expresando en ese momento. Los cambios en las calidades del movimiento indican que la mente está cambiando el foco en el cuerpo. Por el contrario, cuando dirigimos la mente o la atención a diferentes áreas del cuerpo e iniciamos un movimiento en esas áreas, cambiamos la calidad de nuestro movimiento. Por eso nosotros creemos que el movimiento puede ser la forma para observar la expresión de la mente a través del cuerpo, y puede ser también la forma para afectar cambios en la relación cuerpo-mente.

Todos los patrones mentales se expresan a través del movimiento, en el cuerpo. Y a su vez todos los patrones de movimientos físicos son mentales. Es a través de los sistemas del cuerpo que tratamos con las manifestaciones físicas de la mente. Para comprender mejor esto vamos a definir cuáles son los aspectos que inciden en la generación del movimiento y por qué se crea la patronización.

Los patrones de movimiento

Para comenzar este análisis, vamos a establecer dos aspectos o polos que inciden en la generación del movimiento, en su forma y en su patronización; cabe aclarar que esta clasificación se hace meramente con fines analíticos acorde a los intereses de nuestro estudio. Al primero lo denominaremos Polo Genético ya que vincula al sujeto a través de sus características genéticas, con la raza humana. Al segundo polo lo llamaremos Polo Cultural, dado que vincula al sujeto con su contexto cultural. Los dos polos están significativamente influenciados por el sistema psíquico del individuo. Aunque estos tres aspectos –genético, cultural y psíquico– interactúan para conformar la movilidad y expresividad particular de una persona, cada uno de ellos presenta ciertos aspectos específicos que permiten analizarlos separadamente. Intentaremos ahora estudiar las principales características de los Polos Genético y Cultural y su relación con algunas teorías psicológicas para comprender la complejidad del movimiento humano.

El Polo Genético

Todos los fenómenos naturales se organizan en patrones; la patronización es parte de la naturaleza, por ejemplo, los cambios estacionales, los ciclos de la luna y las mareas, del día y la noche, etcétera. Nosotros, como parte de la naturaleza, también formamos patrones. Nuestro sistema nervioso está diseñado para funcionar por patrones. Desde su estadio embrionario el ser humano evoluciona en su motricidad de acuerdo con patrones motores ontogenéticos, vinculados al desarrollo infantil humano, y filogenéticos, vinculados a la progresión evolucionaria a través del reino animal, que estructuran su sistema neuromuscular. Tanto el sistema nervioso como el sistema muscular evolucionan estableciendo conexiones mutuas que posibilitan el desarrollo motor del individuo. Los estadios de desarrollo ontogenético y filogenético por los cuales pasa el ser humano permiten la complejidad de la

motricidad que la persona conquista en su vida adulta. Este proceso se da en forma espiralada, cada nuevo nivel de desarrollo contiene a los demás. Cada nuevo patrón motor se edifica sobre el anterior, modificándolo.

El desarrollo motor se compone básicamente de reflejos primitivos, reacciones de enderezamiento y respuestas de equilibrio.¹⁸ Estos patrones constituyen un continuum de patrones automáticos de movimiento que sustentan nuestro movimiento volitivo. Se desarrollan en respuesta a la interacción entre nuestro ser interno y la gravedad, otras personas y el espacio. Combinados e integrados en patrones más complejos, estos tres patrones originan lo que Cohen denominó como Patrones Neurológicos Básicos. Son dieciséis patrones de movimientos primarios que combinan el desarrollo motor filogenético con el ontogenético.¹⁹ Correspondiendo a su desarrollo espiralado, cualquier interrupción falla o salto para completar un estadio de desarrollo puede traer problemas de alineamiento, de motricidad, desequilibrios en los sistemas del cuerpo, problemas de percepción, secuenciación, organización, memoria y creatividad.

En cada uno de estos dieciséis patrones hay coordinaciones neuromusculares que pueden ocurrir o no, dependiendo de diversos factores, pero el sujeto está capacitado genéticamente para realizarlas, estas coordinaciones forman parte de su evolución como ser humano. Los patrones de desarrollo se estimulan naturalmente cuando la naturaleza y el medio así lo requieran. La persona empieza a construir un patrón de movimiento cuando el reloj biológico así lo determina y el medio ambiente ejerce una demanda sobre él.

El desarrollo perceptivo motor

Los patrones neuromusculares que sustentan el desarrollo kinestésico del ser humano se establecen durante los primeros años de vida y particularmente los doce primeros meses. Es durante este tiempo que el proceso perceptivo (la forma en que uno percibe) y el proceso motriz (la forma en que uno actúa en el mundo) se establece. Los procesos perceptivos y motrices no están separados en un comienzo. Entonces, movimiento es percepción.

En la evolución del sistema nervioso, el primero de los nervios craneales que se mieliniza²⁰ es el vestibular que es el que registra movimientos y posiciones en el espacio, así como vibración, velocidad, tono muscular y sonido. A través del sistema

vestibular hay una fusión entre movimiento personal y movimiento del medio ambiente, este sistema registra los dos tipos de movimientos. La cantidad y calidad de información recibida por este nervio, que se desarrolla muy temprano en el sujeto, determina cuán grande será la base para el desarrollo perceptivo motriz. Sobre su base, el sujeto establecerá sus patrones básicos de movimiento y las relaciones perceptivas correspondientes, incluyendo orientación espacial e imagen del cuerpo y los elementos básicos de aprendizaje y comunicación. De acuerdo con Cohen, la progresión del desarrollo de la dupla movimiento-percepción, establece un cuadro de orientación procesal para el diálogo de los sistemas del cuerpo.

En su estructura neurológica, la función motora está delineada por tres sistemas que interactúan entre sí:

- el sistema piramidal (efector del movimiento voluntario);
- el sistema extrapiramidal (se ocupa de la motricidad automática y asigna la adaptación motriz de base a diversas situaciones);
- el sistema cerebeloso (sistema regulador del equilibrio y la armonía que concierne tanto a los movimientos voluntarios como involuntarios).

La integración de los tres sistemas motores determina la actividad muscular que a su vez tiene básicamente dos funciones: la función cinética o clónica (del movimiento) y la función postural o tónica (de la postura). La primera corresponde al movimiento propiamente dicho y la segunda está ligada a los estados de tensión y distensión física del músculo desde donde el movimiento se origina.

Según el psicólogo Esteban Levin,²¹ las funciones tónico posturales que el ser humano desarrolla en sus primeros meses de vida se transforman en funciones de relación gestual y corporal, que sustentan su futuro relacional y emocional en un interjuego dialéctico, biológico y social. Esta misma concepción del desarrollo sensorio motor es ubicada por Jean Piaget dentro de un primer estadio (0 a 2 años) que considera esencial para el desarrollo de la asimilación y la acomodación como modo de adaptación y de adquisición de la inteligencia práctica en el niño. Levin propone considerar esta etapa del desarrollo sensorio motor, no como estadio cognitivo del desarrollo ni como patrón neuro-motriz, sino como “escenas estructurantes de la motricidad, la gestualidad y el cuerpo de un sujeto durante la primera infancia”.²²

Tal como afirmábamos más arriba, cuando el bebé nace es totalmente inmaduro a nivel motor. Esta inmadurez responde a que las vías aferentes (del

entorno hacia el niño) están mielinizadas y entonces pueden captar y recibir estímulos y las vías eferentes (del niño hacia el entorno) no lo están, por lo cual no se encuentran maduras para responder motrizmente al estímulo dado. Este estado de premadurez motriz lleva a que el niño esté maduro tónicamente para recibir estímulos pero absolutamente inmaduro desde el aspecto motriz para organizar y ordenar sus respuestas. Por lo tanto necesariamente es el Otro²³ quien le otorga un sentido posible a lo sensorio-motor. Por esta razón, asegura Levin que la estructura sensorio-motriz implica, desde el origen, la intervención escénica del campo del Otro como horizonte humanizante del niño.

No podemos comprender la acción psicomotriz como un espejo en sí o para sí, pues para estructurarse necesita del espejo que lo identifica, confronta y aliena a ese Otro (materno) a través del cual podrá reflejarse y refractarse en una escena donde se ponga en juego su función de hijo. (...) Si nos detenemos en el reflejo de succión, veremos que allí lo sensorio motor está actuando de un modo automático y anónimo. Lo que lo torna un verdadero acto subjetivante es la escena que el Otro monta. En este escenario la madre ante una reacción refleja de su hijo lo acaricia, le habla libidinizándolo, tocándolo con las palabras que acunan e interpretan sus movimientos como gestos. Ya no se trata de la acción de succionar sino del acto escénico de amamantar.²⁴

Tomando como ejemplo el reflejo de succión en un bebé, si pensamos que el placer por la realización de ese acto se da en la acción misma de succionar y en la obtención de la leche, veremos que el origen y la satisfacción del deseo se cierran en la acción de succionar, aislando el escenario simbólico del acto de amamantamiento. En cambio, si entendemos que para la satisfacción del deseo, la obtención del placer se encuentra en el acto de amamantar en el intercambio sensorio-motor entre madre e hijo, conseguiremos ligar el desarrollo neuro-motriz al campo de la estructuración subjetiva. De aquí se desprende que el placer sensorio-motor se inscribe como huella y se incorpora en el montaje escénico como representación, como anudamiento entre la estructuración subjetiva y el desarrollo psicomotriz.

Percepción, Imagen y Esquema

La función estructurante de la presencia del Otro en la subjetividad del individuo es estudiada y definida por Jacques Lacan en *El estadio del espejo como formación de la función del yo*, publicado por primera vez en París en 1966. Es entre los seis y los dieciocho meses que el niño, en estado de premaduración psicomotriz,

se vale de la imagen del Otro para darle completud a la propia imagen corporal. Debido a la inmadurez para percibir su cuerpo como una unidad, la presencia del Otro refleja la unidad que él no es capaz de percibir todavía. Este proceso identificatorio le anticipa al niño la aprehensión de la forma global de su cuerpo, dando lugar a la formación del Yo.

... la imagen que el espejo le devuelve produce efectos estructurantes, pero ilusorios. Sus efectos son el Imaginario, por tanto es en el Imaginario que se constituye una falsa unidad que inaugura un modo de Sujeto, un lugar omnipotente (Yo ideal) y una dialéctica de identificaciones de acuerdo a ese modo alienante de ser el Otro.²⁵

De no realizar esta identificación con el Otro el niño percibiría su imagen como fragmentada. La apropiación de una imagen externa para definir la propia imagen genera un doble juego de identificación y de alienación, en el que la imagen incorporada se inscribirá a nivel inconsciente como modelo ideal que más adelante se transformará en alter ego.

En consecuencia, en este juego identificatorio en el que el sujeto se ve captado por una imagen extraña y suya a la vez, se descubre la función del proceso de proyección, que organiza el modo de percepción del sujeto y atribuye a la realidad su estabilidad aparente.²⁶

En este doble juego de identificación y alienación del sujeto por la imagen, el individuo percibe simultáneamente la forma de la especie y la forma del propio cuerpo. Para Lacan, este es un fenómeno de gestalt inducido por la percepción muy precoz en el niño de la forma humana.

Según Françoise Dolto,²⁷ en esta doble percepción gestáltica —de la forma de la especie y de la forma individual— que el sujeto construye en la relación con el Otro, se organizan y diferencian el Esquema Corporal y la Imagen Corporal. En el niño, la noción de pertenencia a una especie, a través de la percepción de su forma, estaría configurando al “esquema corporal”. Para Dolto, el esquema corporal especifica al individuo como representante de la especie. Es la abstracción de una vivencia del cuerpo en las tres dimensiones de la realidad y se estructura mediante el aprendizaje y la experiencia. Las experiencias que estructuran nuestro esquema corporal dependen de la integridad del organismo, o de sus lesiones transitorias o indelebles, neurológicas, musculares, óseas y también de nuestras sensaciones fisiológicas, viscerales, circulatorias y cinestésicas. El esquema corporal es inconsciente, pre-consciente y consciente y evoluciona a través del tiempo y el espacio. “El esquema

corporal refiere al cuerpo actual en el espacio de la experiencia inmediata. Puede ser independiente del lenguaje, entendido como historia relacional del sujeto con los otros”.²⁸

Por otro lado, la forma propia del sujeto, su individualidad, se constituyen en la Imagen Corporal. Como afirma Dolto, la Imagen Corporal es la síntesis viva de las experiencias emocionales del individuo. Ella se estructura mediante la comunicación entre sujetos y por tanto debe ser entendida exclusivamente en el plano de lo imaginario, en una intersubjetividad imaginaria marcada de entrada en el ser humano por la dimensión simbólica. La imagen del cuerpo es a la vez memoria inconsciente de toda la vivencia relacional y estructura dinámica. Puede ser camuflable o actualizable en el aquí y ahora, mediante cualquier expresión fundada en el lenguaje. Si bien es inconsciente puede tornarse preconscious, mediante el lenguaje, el cual utiliza metáforas y metonimias referidas a la imagen del cuerpo.

La imagen del cuerpo refiere el sujeto del deseo a su gozar, mediatizado por el lenguaje memorizado de la comunicación entre sujetos, puede hacerse independiente del esquema corporal y se articula con él a través del narcisismo; (...) edificada en la relación de orden lingüístico con el otro, constituye el medio, el puente de la comunicación interhumana.²⁹

De acuerdo con Dolto, las palabras para cobrar sentido deben tomar cuerpo, ser metabolizadas en una imagen del cuerpo relacional. Es en ese lugar inconsciente donde se elabora toda expresión del sujeto; lugar de emisión y de recepción de las emociones interhumanas fundadas en el lenguaje. Para esta psicoanalista, la Imagen del cuerpo es una estructura que emana de un proceso intuitivo de organización de los fantasmas, de las relaciones afectivas y eróticas pregenitales, entendiendo por fantasmas

(...) la memorización olfativa, auditiva, gustativa, visual, táctil, barestésica y kinestésica de percepciones sutiles, débiles o intensas, experimentadas como lenguaje de deseo del sujeto en relación con otro, percepciones que han secundado la variación de las tensiones sustanciales experimentadas en el cuerpo, y especialmente, entre estas últimas, las sensaciones de aplacamiento y de tensión nacidas de las necesidades vitales.³⁰

La construcción de la imagen corporal se da en forma articulada con la constitución del esquema corporal durante los primeros años de vida y refiere a las experiencias sensitivas del niño. Cuando una experiencia sensorial nueva ocurre en ausencia de testigo humano, teóricamente se estaría actuando en el plano del

esquema corporal. Pero en la práctica toda experiencia sensorial está, para el sujeto, recubierta por el recuerdo de una relación simbólica ya conocida. Tan pronto como hay un testigo humano, real o memorizado, el esquema corporal, lugar de la necesidad que el cuerpo en su vitalidad orgánica constituye, se entrecruza con la imagen del cuerpo, lugar del deseo. “No hay como el deseo para buscar satisfacerse, sin saciarse jamás, en las expresiones teóricamente sin límites que permiten la palabra, las imágenes y los fantasmas”.³¹

Basándonos en esta diferenciación entre esquema e imagen podemos identificar un sustrato simbólico para la imagen corporal y un sustrato biológico para el esquema corporal. Ambos actúan interconectados para generar el comportamiento humano. Las pulsiones que emanan del sustrato biológico, estructurado en forma de esquema corporal, no pueden pasar a la expresión sino por intermedio de la imagen del cuerpo, la interpretación simbólica del sujeto interrelacionado. Si la fuente de las pulsiones, es el esquema corporal, el lugar de su representación es la imagen del cuerpo. Sin el soporte físico que el esquema corporal brinda, la imagen corporal sería siempre un fantasma incommunicable. A su vez, el esquema corporal depende en su utilización funcional de la imagen libidinal del cuerpo. El cuerpo, afirma Dolto, es el mediador organizado entre el sujeto y el mundo.

Sobre las definiciones de Dolto, el psicoanalista Juan David Nasio establece una diferencia entre la imagen que el niño percibe como propia, cuya existencia se comienza a conformar antes de la experiencia del espejo, y la imagen que el sujeto descubre en la experiencia especular. Según Nasio:

Antes de reconocerse en la imagen del espejo, el niño se ve en el otro, en los otros. Es lo que ve de los otros, combinado con lo que “siente” de sí mismo. Es una mezcla de imágenes visuales y cambiantes y de sus propias imágenes del cuerpo. En el espejo, el niño descubre su tamaño y su apariencia de niño, mientras que sus espejos anteriores —el resto de las personas que lo rodean— le devolvían a veces imágenes de adultos y a veces imágenes de niños. Podía vivir la imagen de su cuerpo como inestable, sobre todo si no intervenía la palabra de ningún adulto para decirle algo, particularmente en los momentos angustiantes.³²

La experiencia especular, según Nasio, actúa de dos maneras. Por un lado, al descubrir su imagen en un espejo plano, el niño advierte que posee una imagen estable, que lo ubica y define como parte de la especie humana (esquema corporal). Esto logra superar la inestabilidad de la percepción de su imagen anterior,

constituída por múltiples imágenes. Pero al mismo tiempo, la revelación de su imagen visual, le provoca el *shock* de captar que su imagen del cuerpo no basta para responder por él ante los demás, que él es mucho más que su reflejo.

¿Cómo compatibilizar entonces estas dos imágenes, la interna ya formada y la que descubre ahora en el espejo? Según Nasio el efecto benéfico de esta experiencia es que el niño se ve obligado a aceptar, poco a poco, la representación de él que descubre en la imagen especular. Esta imagen lo define como ser “en medio de la multitud”, marcando una autonomía que hasta entonces no poseía.

Pero, para que el niño pueda aceptar esta imagen visual de sí mismo, debe rechazar la imagen previa de su cuerpo, que le aseguraba la continuidad de su ser y que ahora es incompatible con la representación especular. A partir de ese momento la imagen inconsciente queda radicalmente inhibida. No es ni rechazada ni se pierde, se puede hablar explícitamente de la imagen “inconsciente” del cuerpo. Que se vuelva inconsciente no significa que su función deje de ser esencial. Sin que lo advirtamos, continúa asegurando nuestra cohesión interna.

Por eso, según Dolto la imagen inconsciente del cuerpo no se ve, no tiene forma, ni contornos definidos, y solo pueden apreciarse imágenes codificadas de ella. En los niños, a través del dibujo o el modelado; en los adultos, a través del lenguaje, principalmente. Las metáforas para referirse al cuerpo e identificar estados emocionales son un buen ejemplo de relación entre lenguaje e imagen corporal: “lo tengo atragantado”, “le puse el pecho”, “lo cargo en mi espalda”, etcétera. Si bien el lenguaje es el medio preferido por el adulto para manifestar su imagen corporal, esto no significa que, al entrar en una zona lúdica, él no pueda elaborar formas codificadas de su imagen corporal, a través de otros tipos de signos, que no sean necesariamente lingüísticos.

Creecer a los saltos

Como afirmábamos al comienzo, el movimiento humano no puede ser entendido solo como un fenómeno externo, visible. Existen numerosas conexiones de diferentes tipos que le dan origen. Desde el aspecto fisiológico, observamos que el sistema nervioso es el responsable de crear y organizar patrones de movimientos que serán ejecutados a través de la conexión de este con el sistema muscular. Sabemos que por su estructura genética, el ser humano está capacitado para

desarrollar una serie de patrones considerados básicos para su normal evolución neuro-motriz. Basándonos en Cohen, denominamos a esos como Patrones Básicos de Desarrollo Neurocinesiológico. Es durante la organización de estos patrones que el proceso perceptivo motor se desarrolla.

De acuerdo con Levin, la percepción y la motricidad se definen en la interrelación del sujeto con su entorno social. Es sobre este aspecto que ahondaron Lacan y Dolto definiendo tanto al esquema como a la imagen corporal. Todos estos procesos son instancias o fases, como denomina Lacan al Estadio del Espejo, que responden a la evolución genética y son al mismo tiempo atravesados por las experiencias relacionales del sujeto. Podemos observar entonces, que los Patrones Básicos de Desarrollo Neurocinesiológico evolucionan en una estrecha dependencia con las relaciones que el sujeto establece en sus primeros procesos de socialización. Tal evolución, se constituye en la base de toda experiencia relacional, cinestésica, motriz y expresiva del individuo.

De forma consecuente a la evolución integral del organismo, el desarrollo neurocinesiológico sigue un proceso espiralado en el cual cada nueva fase contiene a las anteriores y se constituye en la base de los estadios posteriores. Toda interrupción o falla en la evolución de un estadio puede acarrear problemas en diversos planos del sujeto (entre los que se destacan la percepción, la motricidad, la creatividad, la memoria, etcétera.). Cuando un individuo no logra desarrollar en su totalidad los patrones perceptivo-motrices básicos, puede generar patrones compensatorios que se corresponden con otros patrones en las áreas del pensamiento y la emoción.

El desarrollo de los patrones básicos de movimiento, que tiene lugar durante el primer año de vida se entrecruza temporalmente con el Estadio del Espejo, fase donde se estructura el esquema corporal y que Lacan ubica entre los seis y los dieciocho meses de vida. A su vez, Dolto define a los tres primeros años de vida como el tiempo en que se edifica una imagen corporal sana. Sabemos entonces que ciertos patrones de movimiento se desarrollan antes de la conformación del esquema corporal y/o de la imagen del cuerpo. Estos patrones perceptivo-motrices, serán la base para la estructuración del esquema corporal y de la imagen corporal, es decir del esquema corporal en la relación intersubjetiva, sustentada por la imagen inconsciente del cuerpo.

Cuando, por ejemplo, se fuerza a un niño a atravesar una etapa de desarrollo, se están creando deficiencias en su normal evolución neuro-cinestésica que afectarán su desarrollo perceptivo-motor involucrando a la percepción de su esquema y su

imagen corporal. Según Cohen, muchas veces los niños optan por un determinado comportamiento no porque lo hayan elegido libremente sino porque debido a sus limitaciones esas son las posibilidades con las que cuenta. Por causa de una inhibición en sus sistemas, el niño elige un determinado patrón compensatorio. Este patrón constituirá un basamento insuficiente sobre el cual desarrollarse.³³

Afirma Cohen, que la mayoría de los adultos presenta limitaciones en los patrones perceptivos-motores básicos. Algunos de estos patrones son accesibles y otros no. Aquellos que no lo son, no serán nunca utilizados ni en el pensamiento ni en la acción. Debemos entender entonces que las dificultades en la percepción y en la motricidad actúan en el plano biológico del esquema y en el plano simbólico de la imagen.

Si la base perceptivo-motriz está limitada o empobrecida, la percepción del esquema corporal, el sustrato biológico, sobre el cual el sujeto ejecuta todas sus acciones, también estará limitado con respecto a las posibilidades que orgánicamente ese individuo posee. Asimismo, este esquema insuficiente se constituye en la estructura orgánica con la cual el sujeto entra en relación con su contexto. Las relaciones intersubjetivas, que se establecen en un plano simbólico adquirirán sentido para el sujeto sobre una motricidad limitada y las capacidades perceptivas, tanto introceptivas como exteroceptivas se verán afectadas, limitadas con respecto a las capacidades potenciales de cada individuo. Podemos entonces afirmar que durante los primeros años de vida la relación que el sujeto establece con su entorno, constituye la base perceptiva y motriz sobre la cual evolucionará su vida. Tal es la influencia del contexto en la evolución del sujeto, que tomaremos el siguiente punto para analizar el segundo polo de influencia en la generación del movimiento: el Polo Cultural.

NOTAS

1. Término creado por Jean Maisonneuve, citado por Dominique Picard en *Del Código al Deseo*, Paidós, Buenos Aires, 1986, p. 162.
2. Idem anterior, p. 163.
3. Citado por Fortin, S. en *Educação Somática: Novo Ingrediente da Formação Prática em Dança*, en Cadernos do GIPE-CIT, N°2, Estudos do Corpo, Salvador, UFBA, 1999, p. 41 (Traducción Marcia Strazzacappa).
4. Según Dominique Picard: “Se puede ver el nacimiento de los temas corporalistas en teóricos como Reich, Marcuse, Perls y Rogers, su desarrollo posterior por discípulos como Lowen, Janov, Rolfe y Schutz y las combinaciones surgidas en la cultura de Esalen, el instituto de California donde se elaboraron en los años '60 la mayor parte de las terapias corporales difundidas más tarde en Estados Unidos y en Europa”. D. Picard, obra citada, p. 162.
5. Friedmann, E. *Ensayos sobre Laban, Alexander y Feldenkrais. Pioneros de la conciencia a través del movimiento*, Castor y Pólux, Buenos Aires, 1993.
6. Fortin, S., 1999, p. 40.
7. Idem anterior, p. 40.
8. El campo de la Educación Somática, cuyos orígenes pueden encontrarse hacia fines del siglo XIX, quedó institucionalizado con la fundación, en 1990 de la International Somatic Movement Education and Therapy Association (Ismtea) en Estados Unidos. Ver: Nancy Allison, CMA: The Illustrated Encyclopedia of Body Mind Disciplines: The Rosen Publishing Group, Inc., Nueva York, 1999, pp. 200-202. Según Sylvie Fortin (1999, 40) existe otra asociación que institucionaliza el término, la Regroupment pour l'Éducation Somatique, fundada en Québec.
9. Citado por Sylvie Fortin, idem anterior.
10. Idem anterior, p. 41.
11. Ver Asslan Odette, *El actor en el siglo XX*, G.Gilli, Barcelona, 1994, pp. 74-76.
12. Pitoëff, G., “La rítmica y el actor”, en *Cuadernos de Arte Dramático N° 10. “La Rítmica de Jacques Dalcroze”*, Fray Mocho, Buenos Aires, 1955, pp. 4-6.
13. El libro *Anatomía del actor. Diccionario de Antropología Teatral* es un buen ejemplo de esto. Son numerosas las referencias de los autores a muchos de los maestros que formaron parte de la evolución del campo somático y su articulación con el teatro. Ver: Barba, E y N. Savarese, 1995.

14. Dowd, Irene, *Taking Roots to Fly*, Contact Editions, 1998, p. 1.
15. Hacney, Peggy, *Making Conections*, Gordon and Breach, Amsterdam, 1998, p. 18.
16. Bainbridge Cohen, Bonnie, *Sensing, Feeling and Action. The experiential Anatomy of Body-Mind Centering*, Contact Editions, Northampton, 1993, p. 4.
17. Bainbridge Cohen, Bonnie, obra citada, p. 1.
18. Datos extraídos de Bainbridge Cohen, Bonnie, “The Alphabet of Movement: Primitive Reflexes, Righting Reactions, and Equilibrium Responses”, en *Sensing, Feeling and Action. The experiential Anatomy of Body-Mind Centering*, Contact Editions, Northampton, 1993, pp. 20-39.
19. Idem. Ver también: Ciane Fernandes, *O Corpo em Movimento*, Annablume, São Paulo, 2002. La descripción completa de estos patrones se halla en el Anexo I.
20. Es decir, se recubre de mielina, sustancia grasosa que envuelve y aísla importantes sendas nerviosas. El estudio de la secuencia de mielinización sugiere que cuanto más pronto un nervio se mieliniza, más importante es esa senda para la supervivencia. B. B. Cohen, obra. citada, p. 32.
21. Levin, Esteban, “La estructura sensorio-motriz en la infancia. Escenas y escenarios” en *Revista Fort-Da (psicoanálisis e infancia)* Número 2, octubre 2000. Publicación electrónica, accesible en <http://www.fort-da.org>.
22. Idem anterior.
23. El Otro escrito con mayúscula, responde a la clasificación hecha por Lacan.
24. Idem anterior.
25. Vallejo, Américo y Lúcia Magalhães, *Lacan. Operadores da Lectura*, Perspectiva, São Paulo. 1991, p. 49.
26. Kaufmann, Pierre, *Elementos para una enciclopedia del psicoanálisis*, Paidós, 1996, p. 166.
27. Dolto, Françoise, *La imagen inconsciente del cuerpo*, Paidós, Barcelona, 1994.
28. Idem anterior, p. 33.
29. Idem anterior, p. 36.
30. Idem anterior, p. 42.

31. Idem anterior, p. 35.

32. Nasio, Juan David (org.), *Los más famosos casos de psicosis*, Paidós, Buenos Aires, 2001, p. 160.

33. Un ejemplo muy común es cuando los niños, aún en fase de gateo –o patrón contralateral según Cohen– son colocados en andadores. Pese a no estar preparados para conquistar su postura erguida y la caminata, los pequeños son obligados a saltar esa fase que resulta ser un patrón necesario para evolucionar posteriormente en la caminata, porque fortalece la contralateralidad y el equilibrio.

el sujeto encarnado

capítulo 2

El Polo Cultural

Con las bases perceptivo motrices estructuradas según las condiciones que afectaron sus primeros años de desarrollo, el individuo entra en sucesivos procesos de socialización. El entorno, hasta ahora compuesto casi exclusivamente por su núcleo familiar, se diversifica y amplía. El sujeto empieza a valerse por sí mismo y a establecer relaciones con su contexto por medio de su cuerpo. Corresponde utilizar aquí un concepto que resulte más abarcativo que el de cuerpo, por tal motivo retomaremos el concepto de corporeidad.¹ Socializarse implica entrar en relación con el contexto, el cual se rige por normas establecidas por el conjunto social, a las que el sujeto deberá adaptarse para ser considerado un miembro más.

Según Marcel Mauss, la forma que los diferentes comportamientos humanos adoptan en las más diversas sociedades está determinada por las particularidades de cada cultura. Las maneras “como los hombres, sociedad por sociedad y de manera tradicional, saben servirse de sus cuerpos”² son definidas por este autor como “técnicas corporales”, siendo el término “técnica” entendido como:

(...) un acto tradicional eficaz (y vean que en esto no se distingue del acto mágico, religioso, simbólico). Es preciso que sea tradicional y eficaz. No hay técnica y tampoco transmisión si no hay tradición. Es en eso que el hombre se distingue sobre todo de los animales: por la transmisión de sus técnicas y muy probablemente por su transmisión oral.³

Es decir, un acto que se lleva a cabo tradicionalmente en la relación intersubjetiva. Así transmitidas, las técnicas corporales abarcan tanto el sustrato biológico (esquema corporal) como el sustrato simbólico (imagen corporal). En el acto de transmisión se comunican tanto las formas de comportamiento que deben adoptarse (y que actuarán sobre el esquema corporal), como los fundamentos simbólicos de esos comportamientos (que se enlazarán con la imagen corporal). La aprehensión de estas técnicas se da entonces como un proceso de asimilación y adaptación en el cual el sujeto pone en juego aspectos anatómicos, simbólicos y por tanto culturales. Los cambios operados a nivel de sus patrones perceptivo-motrices están acompañados por referentes simbólicos que otorgan significación a estos actos.

Este análisis podemos aplicarlo a las sociedades desarrolladas en una lógica comunitaria, donde el sujeto se considera integrado a un conjunto social, es parte de su esquema productivo, disfruta de sus beneficios y aporta su producción al beneficio del conjunto. En este esquema, quienes poseen mayor experiencia transmiten a los novatos los mandatos culturales. Sin embargo, como bien explica Michel Foucault este sistema de transmisión social se altera particularmente a partir del surgimiento del capitalismo en las sociedades europeas. Desde ese entonces, la transmisión de las técnicas corporales adquiere características de utilitarismo. Basada en concepciones cartesianas que dividen el cuerpo del alma y con propósitos técnico-políticos de utilización del hombre dentro de esquemas económico-productivos, surge la idea del cuerpo-máquina. El cuerpo humano es reducido en su espesor simbólico y manipulado a través de técnicas de adiestramiento que procuran su “docilidad”. Para ello se estudia minuciosamente su funcionalidad dentro de sistemas productivos y se reglamentan los comportamientos según sean aptos o no para los esquemas productivos. Se elaboran reglamentos militares, hospitalarios, escolares, religiosos que organizan y prevén cada uno de los comportamientos individuales. La transmisión de técnicas se convierte en un acto de imposición de “disciplinas”. Estas regulan los comportamientos sometiendo la voluntad del hombre al cumplimiento de estrictas normas, minuciosamente codificadas que regirán el comportamiento social.

El momento de las disciplinas es el momento en que nace un arte del cuerpo humano, que procura no únicamente el aumento de sus habilidades, ni tampoco profundizar su sujeción, sino la formación de una relación que en el mismo mecanismo lo torna más obediente cuanto más útil es. Se forma entonces una política de las coerciones que son un trabajo sobre el cuerpo, una manipulación calculada de sus elementos, de sus gestos, de sus comportamientos. El cuerpo humano entra en una maquinaria de poder que lo escudriña, lo desarticula y lo recompone. Una “anatomía política, que es también igualmente una mecánica de poder”⁴

De esta forma, la relación intersubjetiva de la que nacía la transmisión de técnicas corporales se transforma en una imposición normativa de los comportamientos, basada en intereses económico-políticos. La transformación de los patrones perceptivo-motrices se lleva a cabo en el hombre sin el sustento relacional y por tanto simbólico que la caracterizaba. La relación ya no es de sujeto a sujeto, es de institución organismo despersonalizado y abstracto que impone reglas a sujeto. Las características individuales deben entretenerse con las normas sociales y, según cada sujeto, las primeras lograrán sobrevivir entre las demás normas adaptándose o no, llegando entonces hasta suprimirse cuando el sujeto no logre articularse con las últimas. En este proceso de adaptación, la corporeidad, como

definición de singularidad, procura uniformarse, se coloca el traje de la socialización, disminuyendo las diferencias individuales.

En esta relación el hombre se ve forzado a adaptarse a condicionamientos que no son propios, él no elige libremente sus conductas. Su corporeidad está organizada por normas externas que tienden a la homogeneización de la sociedad. Al menos de la sociedad que permanece debajo de las estructuras de poder, o que mejor dicho las alimenta. Si bien este emerge con el Renacimiento, permanece vigente sin grandes variaciones de fondo hasta la actualidad. De hecho, uno de los pioneros del Movimiento Corporalista en el siglo XX, Moshe Feldenkrais, observa al respecto:

En la medida que la tendencia a la uniformidad, dentro de nuestra sociedad, crea innumerables conflictos con los rasgos individuales, la adaptación a la sociedad se puede resolver por la supresión de las necesidades orgánicas individuales, o bien por la identificación del individuo con las necesidades de la sociedad (en forma tal que a él no le parezcan impuestas) lo que puede llegar hasta el punto que el individuo se sienta rebajado cuando no acierte en comportarse de acuerdo a los valores sociales. (...) Por efecto de tales condiciones la mayoría de los adultos vive hoy tras una máscara, la máscara de la personalidad que el individuo procura presentar a los otros y a él mismo.⁵

Las máscaras sociales

El enmascaramiento de las particularidades individuales, es el resultado del control ejercido sobre los impulsos naturales vitales. El hombre adapta sus necesidades orgánicas al medio. Para eso se diseñan estrategias de enseñanza y “docilización” que se imparten a través de las instituciones sociales, abarcando desde la familia a los ámbitos laborales y de esparcimiento. Las características individuales deben adaptarse a las conductas normativas de la sociedad. El sujeto aprende a estandarizar sus reacciones, restringiendo el sentido de las mismas. En este proceso, altera la circulación de sus energías vitales, de sus impulsos en procura de la satisfacción de sus deseos, los des-organiza y vuelve a organizarlos según una lógica establecida socialmente.

En este proceso el ser se fragmenta. Pierde la capacidad para percibirse como unidad, integrada por diferentes aspectos que confluyen en su persona, dado que no realiza lo que desea sino lo que “debe” hacer. Se desconecta de la noción de comunidad, entendida como comunión de seres que desde sus diferencias construyen el sentido social, pierde la vinculación entre su ser y la naturaleza. La

máscara es parte de su cuerpo y su psiquis, pero no es intercambiable como en el teatro. El personaje que va conformando tiende cada vez más a cristalizarse dentro de las normas, hasta que por fin el sujeto queda atrapado dentro de él. No es un juego dramático de intercambio de roles, es la construcción de un rol social empobrecido y limitado por condiciones externas.

El psicólogo austríaco Wilhelm Reich, estudió en profundidad las enfermedades sico físicas que la desconexión de la energía orgánica genera en el hombre. Estableció la importancia del flujo de la energía en el organismo y localizó en la angustia un desequilibrio del mismo.

Él llamó “energía biofísica” a las fuerzas vitales humanas y afirmó que los procesos de socialización interfieren en los procesos vegetativos de carga y descarga de la energía humana. Colega de Freud, Reich compartía con él la postura sobre la inhibición sexual como generadora de angustia y situó al orgasmo en el centro de sus investigaciones. Él creía que el amor profundo y genuino y la habilidad para experimentar un orgasmo gratificante son las más completas y profundas expresiones de nuestro ser y son centrales para mantener la salud en óptimas condiciones. Curiosamente la sexualidad es y ha sido uno de los aspectos más vapuleados, tergiversados y explotados del comportamiento humano. Para Reich, los sistemas educativos enseñan al hombre a dominar sus afectos y sus sensaciones corporales, sus impulsos vitales y afirma que “los afectos de una experiencia síquica no están determinados por su contenido, sino por la cantidad de energía vegetativa movilizadora por la experiencia y luego inmovilizada por la represión”.⁶

Sabemos que toda la vida relacional del sujeto está teñida por sus deseos y por las sensaciones que el otro despierta en su cuerpo. Bloquear las emociones implica bloquear la corriente orgánica de energía. Sin liberación de energía biofísica se desarrolla la ansiedad, la angustia producto de la insatisfacción, hecho que aumenta las contracciones emocionales y físicas. Y esto sucede porque para reprimir la energía biofísica el sistema neurofisiológico actúa inhibiendo los impulsos vegetativos a través de la formación de corazas de carácter y musculares que impiden el flujo energético. Las corazas de carácter actúan en el plano psicológico, en tanto que las corazas musculares lo hacen en el plano físico. Ambas son, para Reich, manifestaciones idénticas de un mismo síntoma represivo.⁷

La rigidez de la musculatura es el aspecto somático del proceso de represión, y la base para la continuación de su existencia. Nunca es un asunto de músculos individuales

que se vuelven espásticos, sino de grupo de músculos que forman una unidad funcional desde el punto de vista vegetativo.⁸

El acorazamiento cumple una función defensiva. Desde la infancia, el ser humano aprende a dominar sus impulsos como forma de defenderse de sus temores. Si llorar, por ejemplo, hace enojar a sus padres y alejarlos de él, él aprenderá a no llorar para retener el amor de los padres. Los acorazamientos musculares pueden establecerse en la infancia y estructurar toda la vida relacional permaneciendo en el tiempo aún cuando ya no sean necesarias como mecanismos de defensa. “Cada rigidez muscular contiene la historia y el significado de su origen; (...) la coraza misma es la forma en que la experiencia infantil pervive como agente perjudicial.”⁹

Según Reich la normal circulación de la energía puede ser observada en un organismo cuya movilidad no presenta cortes ni zonas con diferentes cargas de energía. Por el contrario, en organismos estructurados por corazas, la movilidad está fragmentada y pueden observarse sectores que presentan verdaderos nudos de energía, los músculos permanecen trabados impidiendo la fluidez del movimiento. La forma en que el sujeto organice sus impulsos vitales, es decir que administre su energía estructurando la funcionalidad de sus músculos, determinará según Reich su estructura psicofísica y su expresividad.

Si las corazas musculares y caracterológicas son reforzadas durante años, se producen contracturas crónicas y la formación de nódulos reumáticos como resultado del depósito de sustancias sólidas en los haces musculares. Si el sujeto no encuentra un equilibrio entre la satisfacción de sus deseos y la adaptación de sus comportamientos a los condicionamientos sociales su movilidad y su expresividad pueden verse reducidas al estrecho margen que las corazas determinen. A su vez, la conexión entre el sistema nervioso y el sistema motor hace que esas corazas, que pueden ser observadas en la musculatura y el movimiento, obstruyan también el desarrollo de nuevos procesos de pensamiento, dado que cada vez que se estimula la aparición de nuevos comportamientos se está estimulando el surgimiento de nuevos pensamientos que lo acompañen.

Toda perturbación de la capacidad de experimentar plenamente el propio cuerpo, perjudica no solo la confianza en sí mismo, sino también la unidad del sentimiento corporal... La influencia que ejerce la sociedad sobre la función de tensión y carga del organismo y sus órganos, es de importancia decisiva para la salud o la enfermedad de quienes están bajo su cuidado.¹⁰

Las teorías e investigaciones de Reich, fueron continuadas por su discípulo Alexander Lowen. Él denominó “bioenergía” a la energía orgánica y desarrolló un sistema de ejercicios homónimo para trabajar sobre los acorazamientos del carácter y la musculatura. Estableció un método de abordaje energético de las dimensiones físicas y psíquicas implicadas en la formación de corazas. Para Lowen, una persona sana rige sus impulsos biológicos completamente, suprimiéndose solo en respuesta a una sensación de deseo personal. Al igual que Reich Lowen afirma que el control deliberado de los impulsos biológicos, ejercido como forma de defensa antes que como forma de obtención de placer, genera la estructura neurótica del carácter. Las corazas al mismo tiempo que defienden aprisionan la verdadera naturaleza humana.

Esa fue la principal preocupación de las investigaciones de Irmgard Bartenieff,¹¹ cuyos estudios se constituyen como uno de los aportes más significativos al campo de la Educación Somática, en lo que hace al estudio de los condicionamientos sociales del cuerpo. Discípula de Rudolf Laban, Bartenieff analizó los resultados de la división cuerpo-mente en el colectivo social de la década de 1960 en la sociedad norteamericana, orientada hacia grandes metas. La norma social, a la que Foucault denomina de “anatomía política”, se manifestaba en el cuerpo, según Bartenieff, como un predominio del patrón de estiramiento de la parte superior –de la cintura para arriba– que frecuentemente no era sostenido por el empuje desde el cuerpo inferior o la conexión con la tierra.

Para restablecer la unidad del cuerpo ella propuso redescubrir la relación con el centro del peso, el basamento, y estudiar el movimiento de la parte inferior.¹² Es interesante destacar la relación entre las propuestas de Bartenieff y las de Reich y Lowen. Este último, en particular se preocupó por desarrollar ejercicios que él denominó como *grounding* (basamento o enraizamiento) ante la necesidad de aumentar la base de sustentación y la conexión de la parte inferior del cuerpo con la tierra. La conexión con la base, aquí no solo significa la toma de conciencia del apoyo en la tierra sino también el vínculo con la procedencia, con el sentido de pertenencia a un entramado social que otorga sentido a la existencia del sujeto.

Patrones neurológicos básicos

Algunos años después que Reich y desde el campo de la psiquiatría, la Dra. Judith Kestenberg investigó también en los patrones de base biológica. Consciente de la conexión entre cuerpo y mente y sabiendo que los diferentes tipos de

movimientos corporales generalmente reflejan varios aspectos de la personalidad y de los sentimientos del individuo, Kestenberg elaboró un sistema para analizar y comprender las conexiones entre la mente y el cuerpo. El Perfil de Movimiento Kestenberg (KMP, por sus siglas en inglés) combina la psiquiatría con el Análisis de Movimiento, creado por Rudolf Laban (LMA, por sus siglas en inglés). Basado en la propuesta de Laban, su grupo de estudios, el Sands Point Movement Study Group, creado en 1960, estableció que los cambios en la tensión muscular pueden reflejar sentimientos y necesidades internas.

Estos investigadores descubrieron que en los niños los nudos de tensión muscular generalmente reflejan estados de ansiedad o precaución y los movimientos fluidos y relajados se asociaban a sentirse cómodos. Bajo las teorías de Laban ellos observaron que estos cambios en la tensión muscular podían ser analizados, desde la óptica del Análisis del Movimiento, como cambios de tensión en el flujo y que dichos cambios establecían patrones rítmicos en cada sujeto. Descubrieron que de esta forma, los patrones particulares de tensión muscular cambian el funcionamiento cotidiano de los niños y que el desarrollo de esos patrones rítmicos sirve no solo a funciones corporales sino también a necesidades psicológicas. Ciertas deficiencias en algún patrón pueden significar dificultades en el desarrollo de cualidades tales como la seguridad y la habilidad para relajarse.

El KMP identificó 10 patrones rítmicos de base biológica, que todos los individuos son capaces de desarrollar. Aunque por lo general se favorecen dos o tres patrones rítmicos que se fusionan en la mayoría de las actividades. Trazando los “ritmos de tensión del flujo”, tal como esos patrones son llamados en KMP, es posible crear el perfil de las formas preferidas por el sujeto para satisfacer necesidades personales. Alrededor de 63 cualidades específicas de movimientos fueron estudiadas y usadas para crear un detallado perfil del movimiento para el asesoramiento psicológico de los individuos. Combinaciones de estas cualidades reflejan estilos individuales de relación con el entorno, la autoimagen, el uso de la defensa psicológica, estilos de aprendizaje, patrones de pensamiento cognitivo y formas de relación con los otros.

El estudio realizado por Kestenberg sobre los cambios en la tensión del flujo del movimiento y su relación con los cambios en la tensión muscular, presenta una estrecha relación con la teoría reichiana. Según Reich las actitudes musculares típicas, donde la tensión del flujo se acoraza o forma nudos, se ubican por lo general en lugares estratégicos del cuerpo. Las zonas de mayor compromiso, según él son la

cabeza y cuello, el diafragma, hombros, tórax, el abdomen y la pelvis. Contener el aliento y mantener el diafragma contraído es uno de los primeros y más importantes mecanismos para suprimir las sensaciones de placer en el abdomen y además para cortar en sus fuentes la angustia de esa zona.

Afirma Reich que “la inhibición de la respiración es el mecanismo fisiológico de supresión y represión de la emoción y, por consiguiente, el mecanismo básico de la neurosis general”.¹³ ¿Cómo funciona este mecanismo? La función biológica de la respiración es la de introducir oxígeno y eliminar dióxido de carbono del organismo. El oxígeno inspirado realiza la combustión de alimentos ingeridos. Durante la combustión se genera calor, energía cinética y energía bioeléctrica. Si se reduce la respiración disminuye la cantidad de oxígeno que ingresa en el organismo, atenuando la combustión y por lo tanto la producción de energía. En consecuencia los impulsos orgánicos se debilitan y resultan más fáciles de dominar. La inhibición de la respiración tal cual se encuentra regularmente en los neuróticos tiene, desde el punto de vista biológico, la función de disminuir la producción de energía en el organismo como forma de atenuar la angustia.¹⁴

La maldición de Narciso: el sujeto perdido en su imagen

Pese a los grandes esfuerzos de los investigadores “corporalistas” del siglo XX la tendencia en la construcción de máscaras sociales ha ido intensificándose y profundizándose con el tiempo, ayudada por sistemas coercitivos cada vez más sofisticados. La minuciosidad con que son pautados los comportamientos en la vida cotidiana, la especificidad y diferenciación de los roles de la corporeidad en los diversos ámbitos educativos, laborales y hasta de esparcimiento organizan el comportamiento humano según los intereses de cada sector. La organización de la anatomía política es casi perfecta. La percepción y la motricidad se hallan sujetas a normas que vuelven inteligible todo accionar. El sujeto y sus particularidades individuales desaparecen detrás de la homogeneización social de las conductas.

Como afirma David Le Breton,¹⁵ el lugar del cuerpo, como sustento del ser, dentro de los rituales de la vida cotidiana es el del claro-oscuro, el de la presencia-ausencia. Presencia física y objetiva, ausencia simbólica y subjetiva. El surgimiento de nuevos patrones de movimiento pocas veces es acompañado de un sustento simbólico surgido de la interrelación humana. Las significaciones que sustentan los comportamientos no son producto del análisis del sujeto, responden a intereses

macroestructurales políticos y económicos y no a elaboraciones personales. Queda poco espacio para el intercambio subjetivo entre individuos. El sustrato biológico se adapta, el sustrato simbólico entra en un vacío de incoherencias, los referentes no se conocen, son impuestos por un orden que supera y a la vez condiciona al individuo. La imagen corporal, como sustrato simbólico, se estructura sobre múltiples referentes provenientes, la mayoría de las veces, de relaciones desconocidas por el sujeto. Este carece de elementos para estructurar una imagen corporal propia, su imagen corporal es deficitaria.

De manera paradójica, la imagen es la reina de nuestro tiempo. Todo es imagen. Frente a un sujeto escindido entre objetividad y subjetividad se levanta la imagen global del cuerpo, difundida por los medios masivos de comunicación.

Un gran envoltorio refractante, un espejo gigante, envuelve el planeta tierra y todos en él nos vemos capturados, no como singularidades, sino como un gran cuerpo global, que puede denominarse ritual, holográfico o pantallacesco que no plantea si se quiere o no formar parte de él. Se pertenece más allá de cualquier decisión. No hay elección. Se es pertenecido.¹⁶

Este fenómeno, producto del proceso de globalización económica y por ende cultural, proyecta una imagen del cuerpo cuyos parámetros fundamentales son la juventud y la delgadez, amparados dentro de un tipo de belleza estandarizada en la raza blanca de tipo europea. Más allá de las adaptaciones locales que puedan hacerse de esta gran imagen global –adaptaciones a veces grotescas buscando el “ideal” de belleza– lo que se observa es un esfuerzo permanente tanto en hombres como en mujeres por adquirir, del modo que sea necesario, esa imagen. Pareciera que detrás de ese esfuerzo por comprar la imagen –a través de ropas, cosméticos, cirugías, dietas, gimnasias, etcétera– los sujetos están buscando recuperar el espesor simbólico del cual varios siglos de mecanicismo y utilitarismo han despojado al cuerpo.

Hay desposeídos de techo, sumidos en el hambre y la miseria, que solo tienen su cuerpo y sus hermanos en iguales condiciones. Y hay una nueva inmensa categoría de desposeídos de imagen, que, con heladeras llenas y ropas nuevas, lo tienen todo “menos el cuerpo”; y hacen esfuerzos inimaginables para alcanzarlo. (...) Vivir en un mundo de imágenes, tan fascinante como el que estamos, y no tener imagen del cuerpo para hacer propia, es una de las grandes contradicciones de este siglo.¹⁷

Son numerosas las técnicas de trabajo corporal y expresivo que reaccionan a esta “globalización de la corporeidad”. Muchas son valiosas y han aportado

elementos relevantes para la comprensión de corporeidades alternativas. Pero hasta la necesidad del sujeto de conectarse con la propia organicidad ha sido absorbida por las lógicas de la oferta y la demanda. Estas últimas no discriminan entre vender un coche o vender un cuerpo, y así como se ofrece el último modelo de un cero kilómetro, también se ofrecen técnicas corporales para “tener” un cuerpo cero kilómetro según los mandatos de la gran imagen global.

Muchas de las propuestas que hoy circulan buscando el descubrimiento y liberación del cuerpo mantienen, explícitamente o no, una lucha contra la naturaleza del cuerpo. Pretenden negar la evolución lógica del organismo y emprenden una batalla contra ella. Transforman al cuerpo en una especie de suplemento del alma capaz de alcanzar el “verdadero goce de vivir”. En estas propuestas, aunque no se haga explícito, la vejez, la enfermedad, la gordura, la no adecuación a los cánones estéticos, son categorías ajenas y rechazadas por el gran cuerpo global.

Pero en la realidad existe una distancia considerable entre el cuerpo global y el cuerpo cotidiano. Por esa razón, todas las actividades que procuran un “retorno” una “liberación del cuerpo” se producen fuera de los ámbitos cotidianos. En la vida diaria, el sujeto permanece dentro de sus rituales que lo enmascaran, lo ausentan. En los espacios de prácticas alternativas este enmascaramiento o ausencia no desaparece. Porque el cuerpo en sus aspectos pulsionales continúa siendo desoído. En ellos el contacto y la relación consigo mismo y con los otros, se halla pautada por otras reglas que también codifican y organizan las relaciones, aunque en forma alternativa a la cotidiana.

Estas codificaciones muchas veces escapan en sus significaciones a los sujetos que las adoptan, quienes solo consiguen reproducir sus formas externas. Y, en consecuencia la transformación que probablemente en su origen tales propuestas buscaban, no se alcanza, porque no es posible construir sentidos y crear nuevos comportamientos en base a ellas. Una vez más, el aspecto relacional –el sujeto consigo mismo y con su entorno– está en cortocircuito. Se abordan algunos aspectos de la interrelación pero sin el objeto de modificar conductas.

El cuerpo llevado a la categoría de alter ego, puede otorgarle al sujeto ciertos placeres, pero sin alterar el paradigma dualista sobre el cual su concepción se estructuró. De hecho, como sostiene Le Breton, distanciar al cuerpo del sujeto para luego afirmar la liberación del primero sigue siendo una figura de estilo de un imaginario dualista.

Para Le Breton, la eclosión de prácticas corporales en la actualidad se sitúa en un cruce de caminos entre la necesidad antropológica de luchar contra el fraccionamiento del sujeto y el juego de los signos que cubren al cuerpo. Paradojalmente, el sujeto se libera por medio de la aprehensión de normas para liberarse. Normas establecidas por otros. En lugares especialmente preparados para alejarse de la cotidianidad, los sujetos se someten a las leyes de una nueva disciplina. Aprenden nuevas técnicas. Pero no aprenden pautas para descubrir la relación entre subjetividad y corporeidad, para comprenderse como ser integrado.

Por el contrario, a través del aprendizaje de esas “nuevas técnicas” se imparte la “anatomía política” que pregonaba Foucault, porque esas técnicas transmiten pautas que no son elaboradas por el sujeto en su conjunto social, él aprende a reproducirlas, sin cuestionarlas. Se reproduce en esa relación la sumisión a un tipo de autoridad a la cual el sujeto ya está acostumbrado en su vida cotidiana. El aluvión de propuestas para “volver” al cuerpo no procura un retorno en términos de recuperación sensorial, kinestésica y física. Es, más bien, un esfuerzo individual del sujeto en su búsqueda de una identidad personal cada vez más fraccionada.

El hecho de practicar una determinada actividad corporal es también un suplemento social decisivo. Al escoger alguna de las variadas ofertas de actividad corporal, el hombre y la mujer están definiendo su pertenencia a un conjunto de prácticas y discursos que lo sitúan dentro de un grupo social, de una modalidad de consumo determinada, que le otorgan identidad. La pertenencia a un determinado sector social y cultural se establece según los hábitos de consumo, que directamente o no influyen en la corporeidad. No es el sujeto que desde su identidad construye colectivamente el tejido simbólico de su sociedad, es la sociedad que le ofrece productos para que, a través de su consumo, el sujeto construya identidad.

El individuo, entonces se transforma en un operador que hace de su existencia y su cuerpo una pantalla, en la cual ordena los signos escogidos. Él organiza una imagen de sí mismo como quien diseña un traje. Se genera así la sensación de recuperar la sustancia olvidada del cuerpo, pero en la realidad se trata solo de la restitución de un relato. Como sostiene Le Breton, el cuerpo es una metáfora que cambia sus signos de acuerdo a las fluctuaciones del ambiente que habita. En este nuevo imaginario el cuerpo es una pantalla en la cual se ordenan los fragmentos de un sentimiento de identidad personal, fraccionado por los ritmos sociales. Por medio de la composición de esa pantalla el sujeto busca actuar simbólicamente en el mundo que lo rodea,

buscando su unidad como individuo. Organiza su sentimiento de identidad a través de la composición de signos que provienen de los productos que el mercado le oferta. Se trata de convertirse en una escritura a través de los signos de consumo, en una señal de reconocimiento.

Cuerpos con sombra

Frente a este panorama desalentador, se nos plantea un desafío. Porque no se trata solo de proponer métodos de entrenamiento expresivo, sino que además esos métodos deben estimular al sujeto en el reconocimiento de su particularidad expresiva. No es solo cuestión de aplicar técnicas para el cuerpo en la escena: una misma técnica para un mismo resultado en distintos grupos. Es también cuestión de revalorizar el espesor simbólico de cada corporeidad, de trabajar en la diversidad, pero atendiendo a la sistematicidad. ¿Será posible? Ya que lo que buscamos son alternativas, propongo que la respuesta sea esperanzadora. De hecho, las reflexiones anteriores nos sirven para posicionarnos de manera crítica dentro de la problemática actual de la relación sujeto-cuerpo, pero no plantean situaciones irreversibles ni absolutas. Por su propia naturaleza, el cuerpo excede cualquier tipo de definición taxativa, como sostiene Gabriel Weisz: “El cuerpo es un asunto que escapa a todo intento por reducirlo a cualquier absoluto”.¹⁸ De manera que, tratándose de corporeidades, siempre quedan posibilidades de cambio.

Y, por lo que venimos analizando, también es posible abordar ese proceso de cambio a través del movimiento. Porque el movimiento es la forma más concreta de acceder al esquema y a la imagen corporal, y es la forma más positiva de estimular la recuperación y el reconocimiento de la sensibilidad, la percepción y la imaginación. Una vez iniciado este proceso, la revalorización del espesor simbólico de la corporeidad del sujeto será fruto del tiempo de trabajo.

Bonnie Bainbridge Cohen afirma que el sistema nervioso tiene potencial para generar innumerables patrones. Pero, esos patrones no serán accesibles a nosotros hasta que sean realmente estimulados a existir. ¿Cómo estimular la existencia de nuevos patrones? ¿Cómo superar las limitaciones o características adquiridas genética y culturalmente de manera de poder ampliar nuestra capacidad kinestésica, expresiva y creativa?

Soma-tización

El trabajo sobre los patrones de movimiento es denominado por Cohen como “repatronización”. Esto implica reorganizar los procesos perceptivo-motores que originan patrones. La patronización del movimiento está determinada por la estructura psíquica, física y mental del sujeto. De manera que en el proceso de la repatronización deberán ser considerados todos los aspectos que se movilizan. En otras palabras, repatronizar no es solamente generar nuevas formas de movimiento, es abrir nuevas posibilidades de pensamiento, es movilizar corazas musculares y junto a esas corazas movilizar afectos. Al moverse el sujeto, se mueve su historia, pulsional, relacional, subjetiva. El proceso de repatronización es un proceso que, dependiendo del grado de profundidad con que se lleve a cabo, puede generar cambios estructurales en el sujeto.

Repatronizar implica dinamizar el esquema corporal (sustrato biológico) y la imagen corporal (sustrato simbólico). Dolto,¹⁹ afirma que la dinamización y transformación tanto del esquema como de la imagen corporal siempre es posible. Aun en casos en que el esquema corporal está alterado, por ejemplo en una parálisis, la imagen corporal puede estructurarse. Un sujeto puede no haber definido su imagen corporal en el transcurso del desarrollo de su esquema, debido a lesiones o enfermedades orgánicas neurovegetativas precoces, pero puede elaborar una imagen del cuerpo con raíz en el lenguaje. Tal elaboración puede producirse según modalidades propias y gracias a referentes relacionales, sensoriales y a la complicidad afectiva con el Otro, que lo introduce en la relación triangular y le permite acceder a la relación simbólica.

Partiendo de estos ejemplos extremos podemos pensar que en esquemas corporales sanos, aunque limitados, es posible trabajar sobre la repatronización actualizando y reestructurando tanto la conformación del esquema como de la imagen corporal. Pero, como afirma Cohen, hay algo de base que corresponde a nuestra estructura genética, que nunca va a ser modificado, cierta forma de percibir y pensar y por lo tanto de actuar que nos representa y nos identifica como individuos, únicos e irrepetibles. Por eso, cuando hablamos de repatronizar, debemos entender que por mayores que sean los logros en el plano simbólico hay ciertas características en la estructuración de patrones que pertenecen por herencia genética al sujeto y que son inmodificables. “Hay algo que nunca cambia, que no tiene edad. Cierta cosa de base es realmente estable, un punto de vista el cual es expresado de alguna manera a través de la actividad perceptiva-motriz”.²⁰ El proceso

de repatronización no debe pretender modificar la naturaleza básica, sino ayudarla a ser más afortunada en la expresión de lo que se desea.

Teniendo en cuenta todos los aspectos comprometidos en el movimiento es que Cohen llama la atención sobre la necesidad de trabajar en la alineación cuerpo-mente durante el proceso de repatronización. La atención (lo que estimula a la acción), la intención (el propósito) y el movimiento que se está realizando, deben estar alineados, conectados en su funcionamiento orgánico. Pero el alineamiento por sí mismo no es la meta. Debe establecerse un diálogo continuo entre reconocimiento y acción que posibilite descubrir y entender cuáles son las relaciones que existen en nuestro cuerpo-mente para poder actuar desde ese conocimiento. Lo importante para cada persona es aprender cómo es que se aprende, para confiar en su propia intuición y estar abierto al estilo único de los demás.

Cohen denomina “somatización” a este proceso, entendiendo que alude a la experiencia kinestésica directa en la cual las células del cuerpo informan al cerebro así como el cerebro informa a las células. Aquí la palabra somatización es utilizada de la forma que lo hace Tomas Hanna quien utiliza la palabra *soma* (del griego: cuerpo) para designar al cuerpo experimentado por el sujeto, en contraste con la concepción de cuerpo como objeto. Cuando el cuerpo es experimentado desde el interior, mente y cuerpo no se separan, son vivenciados como una unidad. Se enriquece la capacidad perceptiva y por lo tanto el autoconocimiento y la posibilidad de trabajar conscientemente sobre uno mismo modificando conductas.

Para Bartenieff, maestra de Cohen, el movimiento es el medio para la activación del conocimiento pre-consciente:

Nuestros cuerpos contienen conocimiento que no es accesible a través de la indagación intelectual, lineal, ordinaria. Movimiento y predisposición para percibir el movimiento brindan el acceso al conocimiento particularmente corporal, a la conexión entre sensación y pensamiento. Frecuentemente, el movimiento revela la naturaleza de las relaciones entre las ideas, el patrón de contexto o la interrelación de las partes.²¹

Recorrer los caminos de los patrones básicos corrigiendo dificultades en su desarrollo implica reorganizar los procesos perceptivos y motores de manera de acceder a nuevas formas de conocimiento, particularmente corporal, como dice Bartenieff, en el que se pueda percibir la conexión entre sensación y pensamiento. Por eso su metodología de trabajo apunta a estimular la conciencia de los

movimientos generadores de conocimiento. Ella propone articular el trabajo corporal con el lenguaje, a través del cual serán expresadas –al grupo de trabajo, al coordinador, o a sí mismo– las vivencias, logrando integrar la pre-conciencia y la conciencia.

Basándonos en Dolto podemos observar cómo, en este proceso, es posible abordar el esquema corporal y la imagen corporal. El esquema, a partir del trabajo consciente sobre el movimiento; la imagen, a través de su codificación dentro de un lenguaje, sea escrito u oral. La expresión de deseos que se transmite en el lenguaje así como la posibilidad de fantasmaticar,²² en la mímica o en improvisaciones, las vivencias permite acceder al plano simbólico dentro del cual la imagen corporal propia puede ser dinamizada.

Es por eso que repatronizar puede significar también revisar aquellos momentos en la evolución personal en que se comenzó a valorizar más ciertas partes del cuerpo, olvidando o dejando en desuso otras. La experiencia de la repatronización permite ir hacia atrás en el tiempo retomando patrones.

Conceptos fundamentales

Hasta este punto hemos observado cómo distintos investigadores proponen la necesidad de reorganizar las experiencias perceptivas y motrices del sujeto. El objetivo común en todos ellos es lograr una mayor organicidad, beneficiando el desarrollo de la expresividad, el conocimiento, el pensamiento, las emociones y los sentidos. Este es el “superobjetivo” del trabajo corporal, constituido por un universo de posibilidades y conceptos que necesariamente deben ser sintetizados y sistematizados para poder ser abordados dentro de una propuesta metodológica.

Para Peggy Hackney,²³ son tres los conceptos fundamentales que deben orientar todo proceso somático:

- El cambio
- La relación/conexión
- Las relaciones/conexiones patronizadas

Analizaremos detalladamente cada uno de estos conceptos, de la forma en que lo hace Hackney, comenzando por el último de ellos.

1 - Conexiones corporales patronizadas

Las conexiones que establecemos en nuestros cuerpos se realizan a través de patrones o planos que nuestro sistema neuromuscular desarrolla para ejecutar secuencias de movimientos. Las formas habituales de organizar el cuerpo para relacionarse consigo mismo, con otras personas y el entorno, por ejemplo, están constantemente apoyadas en el sistema neuromuscular. Como vimos anteriormente, los patrones de conexiones se construyen en respuesta a nuestra evolución motriz, así como la tendencia a evolucionar en estadios. Otros patrones se forman a través de hábitos que construimos en nuestras vidas.

Cada ser humano está fisiológicamente mandado a cumplir determinadas metas de desarrollo en función de ser completamente funcional y expresivo. Los patrones fundamentales de conectividad corporal (o patrones neurológicos básicos) forman la base para nuestros patrones de relaciones y conexiones en nuestra vida. Ellos proveen modelos para nuestra futura “conectividad”. Cuando estos patrones no son alcanzados, el individuo desarrolla patrones compensatorios que pueden no ser un soporte efectivo en el próximo estadio del desarrollo y llevar a posteriores problemas físicos o síquicos. Pero sea la patronización realizada en forma efectiva o no, ella está sucediendo mientras el individuo crece y se desarrolla.

Aun sin nuestro conocimiento, los patrones fundamentales de conectividad corporal están en nosotros. Cada uno de ellos representa un nivel primario de desarrollo y experiencia, y cada uno es relacional. Cada uno organiza una forma de relación con uno mismo y con el mundo. Como seres humanos en progresión hacia un estadio integral, todos los estadios previos de organización corpórea se tornan importantes y apropiados de acuerdo al contexto. Desde luego, nosotros podemos reinvertir los comienzos de esa progresión y trabajar sobre los patrones, aun sobre los más tempranos.

En tanto hagamos conscientes estos estadios de desarrollo corporal, reconoceremos que estamos en un proceso creativo siempre, creando nuestra existencia corpórea. Y podemos ver que esos estadios y patrones se reflejan en el desarrollo de nuestra creación artística también. Al familiarizarnos con estos estadios, podemos saber en cuál estamos cuando trabajamos y dar soporte corpóreo a aquel estadio moviéndonos en el correspondiente patrón de desarrollo.

2 - Relación/conexión

Relación es conexión. La habilidad para crear relaciones comienza en nuestros propios cuerpos en el proceso de nuestro desarrollo. Todo lo que sabemos acerca de nuestras relaciones con otras personas puede ser aplicado a nuestras relaciones con nuestro cuerpo. Todos estamos implicados como parte de algo, a veces disfrutando las asociaciones, otras rechazándolas. Pero es inobjetable, estamos conectados. Como afirma Hackney, cuando hay seis personas hay siete entidades. Los seres humanos funcionamos como lo hace el cerebro: en nexos asociativos. Estamos mandados a aprender sobre cómo relacionarnos con nosotros mismos y con otros. Nuestra habilidad para hacerlo establece las diferencias. Esto significa que en un nivel micro –con nosotros mismos– y en un nivel macro –con nuestro universo– estamos siempre tratando con complejos patrones de relación y esas relaciones están constantemente cambiando.

Por esta razón, desde la óptica del trabajo corporal, es necesario abordar la conexión entre las diferentes partes, reconociendo las partes del cuerpo individualmente, pero experimentándolas en su conexión con las demás. Aprendiendo el movimiento como una experiencia relacionante. Esto implica detenerse a identificar cada pequeña parte como si fuese el todo. Por eso, para trabajar sobre el movimiento necesitamos ver el contexto de quien se mueve. El ser humano en el mundo. Y necesitamos reconocer que eso también se transforma en contenido. Debemos interrelacionar las partes. Es cuando experimentamos la relación de las partes que podemos iniciar el proceso de integración. Podemos experimentar cómo las partes co-crean la unidad (lo cual es el nacimiento activo de un nuevo ser, antes que la suma de sus partes). Integración no es lo mismo que unidad, ella mantiene la integridad de los elementos componentes y los incorpora en una unidad participativa. Todos los aspectos de un entramado serán usados en su tiempo. Por ejemplo en la patronización evolutiva, cada diferenciación otorga más articulación y diferentes posibilidades de relación tanto entre las diferentes áreas del cuerpo como en la relación con el mundo.

Es fundamental comprender que cada persona está en un estadio diferente del desarrollo en varias áreas de su vida. Es importante buscar cuál es el margen creativo para cada individuo en un determinado momento.

3 - Cambio

Para Bartenieff “la esencia del movimiento es el cambio”, el proceso de vivir es el proceso de aprender a vivir con cambio. ¿Cómo podemos educarnos nosotros mismos para vivir con este hecho estable y sus móviles implicaciones? “Cuando entrenamos para vivir en nuestro mundo de constantes cambios, entrenar para disfrutar las siempre cambiantes relaciones que el movimiento demanda, puede ser el entrenamiento más comprensivo para la inteligencia básica”.²⁴

La esencia del movimiento es el cambio, pero este cambio no es al azar. En el proceso de desarrollo, el cambio es relacional y patronizado. Se pueden cambiar los patrones recurrentes revisando patrones tempranos. Y, dado que esto es axiomático, ese cambio es inevitable, siempre se va a cambiar, se quiera o no. La cuestión es cuánto se desea activamente participar, eligiendo aquellas formas que van a cambiar o aquellas formas que van a interactuar con el cambio.

Estos tres aspectos –el cambio, la relación/conexión, las relaciones/conexiones patronizadas– pueden ser vistos como tres grandes ejes conceptuales, en base a los cuales sistematizar una propuesta de entrenamiento. El concepto de cambio, como principio orientador: reconocer la dinámica motriz, expresiva y emocional que constituye nuestra existencia es reconocernos como seres mutantes, tal vez ambiguos, tal vez contradictorios, pero fundamentalmente humanos. Dentro de esta dinámica, el concepto de relación/conexión, permite comprender que ningún cambio se da en forma aislada, es la integración e interrelación de sistemas vitales lo que genera el cambio en nosotros. Y, por último, el modo en que estas relaciones/conexiones tienden a patronizarse nos ofrece la posibilidad de descubrir y estudiar el estado motor y expresivo del actor en el momento de iniciar un proceso de entrenamiento, y nos permite diseñar estrategias para transformar ese estado, en función de las necesidades de su tarea artística. Probablemente lo más interesante de esta propuesta, es que permite la coexistencia del coordinador y del o los participantes, como orientadores de la tarea. No solo quien coordina dirige el proceso, por su naturaleza autorreflexiva, conforme avance la tarea el actor adquirirá más herramientas para descubrirse y planificar modos de entrenarse.

NOTAS

1. El término “corporeidad” es utilizado aquí como sinónimo de cuerpo. Esta elección se basa en las afirmaciones de Elina Matoso (2001, 19), quien considera que “ambas denominaciones llevan sobre sí atribuciones que las tornan confusas o ambiguas. El término 'cuerpo' hereda referentes religiosos, ontológicos, técnicos, a veces asociados a instrumento, otras a objeto de rendimiento económico, por ejemplo, que lo tiñen de esa ambigüedad inevitable. La palabra 'corporeidad' resalta especialmente ese aspecto de indefinición, de mayor abstracción. (...) Cuerpo como carne historizada, así como transparencia virtual o imagen inasible”. Por esta razón creemos que el concepto de corporeidad resulta más abarcativo para referirnos a la totalidad de los fenómenos que entran en juego cuando un sujeto se mueve. Tanto en lo relativo al movimiento (patrones perceptivo-motores o neurocinesiológicos), cuanto en lo vinculado al esquema, la imagen y demás elementos que entran en juego en la comunicación humana. Para profundizar más en este asunto remitimos al texto de la autora de referencia.

2. Mauss, Marcel, “As técnicas corporais”, en *Sociología y Antropología*, V II, São Paulo, 1974. EPU/Edusp, p. 211.

3. Idem anterior.

4. Foucault, Michel, *Vigilar y castigar*, Siglo XXI, Buenos Aires, 2002, p.127.

5. Feldenkrais, Moshe, *Autoconciencia por el movimiento*, Paidós, Buenos Aires, 1991, p. 14.

6. Reich, W. *La función del orgasmo*, Paidós, Buenos Aires, 1974, p. 244.

7. “Como psicoanalista, Reich trabajaba sobre los síntomas, pero después de un tiempo de investigar concluyó que el carácter (la forma de estar y ser del sujeto en el mundo, tanto en forma corporal como psíquica) puede generar fijaciones, incrustaciones de diversas actitudes psicológicas que entrelazadas se tornan una coraza. La repetición de esas corazas a lo largo del tiempo constituyen la base de los comportamientos neuróticos. Por lo tanto, Reich advirtió que la transformación del sujeto debe abordarse desde el análisis de la conformación del carácter, y no desde los síntomas. Reich observó que las personas que trataba psíquicamente reaccionaban a nivel somático y las que trabajaba a nivel somático reaccionaban en el plano psíquico. Él denominó a este fenómeno como ‘identidad funcional’: tanto el psiquismo como el cuerpo están relacionados funcionalmente. Por esa razón, las corazas que se constituyen en el nivel psíquico adquieren forma en el cuerpo a través del sistema muscular. El sistema muscular es el encargado de reprimir la energía generada por las emociones, pensamientos y sensaciones, creando sus propias corazas que representan en el cuerpo el plano psíquico”. Extraído del artículo “Análisis bioenergético”, del licenciado Marcelo Calcagno. Disponible en: http://www.galeon.com/psicopag/analisis_bioenergetico.htm> Acceso el 10 nov. 2001.

8. Reich, W, obra citada, p. 234.
9. Idem, p.235.
10. Idem, pp. 276-277.
11. Bartenieff, Irmgard: *Body Movement. Coping with the environment*. Gordon & Breach Science Publishers. Langhorne 1980. Ver también: Hackney, Peggy: *Making Connections* Gordon and Breach Publishers. Amsterdam. 1998.
12. Según Peggy Hackney, esa es la razón por la que hay un énfasis en su trabajo de los ejercicios para la parte inferior del cuerpo y en la conexión abajo/arriba a través del patronizamiento diagonal. Ver: Hackney P. obra citada.
13. Reich, W., obra citada, p. 232.
14. Idem anterior, p. 240.
15. Le Breton, David, *Antropología de cuerpo y modernidad*, Nueva Visión, Buenos Aires, 1995.
16. Matoso, Elina, *El cuerpo territorio de la imagen*, Letra Viva, Buenos Aires, 2001, p.19.
17. Idem anterior, p. 15.
18. Weisz, Gabriel, “Charla sobre el cuerpo”, acceso electrónico, disponible en <http://www.filos.unam.mx/POSGRADO/Aportaciones/charla.html>
19. Dolto, F., obra citada, p. 20.
20. Bainbridge Cohen, B., 1984, p. 38.
21. Hackney, P., obra citada, p. 3.
22. Elina Matoso define la fantasmaticización como la puesta en escena, la traducción en imágenes, de los deseos: “Las sensaciones, movimientos, percepciones, emociones se escurrirían como el agua si no hallasen su lecho, su ancla en las imágenes”. Matoso cita al Diccionario de Psicoanálisis, de Laplanche y Pontalis (Labor, Buenos Aires, 1971), que define el fantasma como “la puesta en escena imaginaria en la cual el sujeto está presente y que representa, en forma más o menos deformada por los procesos

defensivos, la realización de un deseo y, finalmente, de un deseo inconsciente” Ver: Matoso, E., 2001, pp. 49-63.

23. Obra citada.

24. Hackney, P., obra citada, p. 17.

el movimiento dramático

capítulo 3

Los patrones de relaciones/conexiones y el cuerpo del actor

Hasta este punto hemos estudiado las particularidades del movimiento y la expresividad en el ser humano, sin establecer relaciones específicas con el arte del actor. Como hemos visto, el trabajo corporal implica un proceso de autoconocimiento y enriquecimiento de las posibilidades personales, y el actor como ser humano necesitará experimentar el reconocimiento de las relaciones/conexiones creadas para sí mismo y para el entorno. Las técnicas para operativizar esta tarea son muchas y todas desde diferentes grados aportan beneficios.

En el caso específico del actor se advierten dos procesos de repatronización diferentes. El primero es el que como sujeto, puede atravesar abordando el estudio del movimiento según la propuesta de alguna disciplina que denominaremos “somática”. El segundo proceso, se refiere a la patronización requerida para desarrollar su trabajo actoral.

En el primero, podrá experimentarse una etapa de sensibilización de la percepción, los sentidos, la creatividad y todo lo relacionado con su subjetividad y sus posibilidades kinestésicas. En el segundo, y sobre la base del primer proceso, el actor necesitará crear conscientemente patrones de relación/conexión que sustenten su tarea artística. Independientemente de la estética a la que el actor adhiera, sea realista, expresionista o lo que fuere, el actor siempre crea una existencia diferente a la propia.

Nos encontramos así ante un tercer polo de generación de patrones: el Polo Dramático. Este polo, con características particulares, define la creación que podríamos llamar “ficticia” de patrones de movimiento, dado que responden a una lógica espacio-temporal que no pertenece a la vida cotidiana del sujeto. Sin embargo existen ciertas normas que a lo largo del tiempo se han definido como pautas legítimas para orientar al actor en su creación. Parafraseando a Foucault podríamos decir: normas que crean una “anatomía artística o teatral”. Analizaremos a continuación las principales características de esta “anatomía” y agregaremos para ello un tercer polo de generación de patrones.

El Polo Dramático

La creatividad es una actividad propia del ser humano. Vinculada al deseo de trascender, de imprimir sobre las cosas una impronta personal. Crear supone establecer nuevas relaciones sobre la realidad preexistente, pero no se limita solo a reorganizar distintos elementos,

la creación implica cierto salto al vacío, encrucijada, pasaje de niveles: de aquello informe a la construcción de alguna forma posible... Supone un doble movimiento de desestructuración y reestructuraciones posibles de relaciones y objetos, un universo que se mueve entre el espacio de lo deconstruido y los espacios de las nuevas formalizaciones.¹

El psicoanalista Donald Winnicott definió la existencia de un espacio de transición ubicado entre la experiencia subjetiva y la realidad objetiva en la vida del sujeto. En él, se organizan experiencias como la manipulación de los objetos de la realidad. La construcción de este espacio se origina en la relación del bebé con su madre y evoluciona desde los primeros “fenómenos transicionales” –relaciones que se entretrejen en el espacio transicional– a través de los cuales el sujeto aprehende la realidad hasta el juego, de este al juego compartido, derivando luego en las más diversas experiencias culturales.² “La creatividad es, pues, la conservación durante toda la vida de algo que en rigor pertenece a la experiencia infantil: la capacidad de crear el mundo”.³ Crear el mundo, o mejor dicho, recrearlo es el objetivo del actor. Podemos ubicar su campo de acción en el espacio transicional definido por Winnicott.

La restauración del comportamiento

En correlación con lo planteado por Winnicott, Eugenio Barba define como extracotidiano al espacio situado fuera del universo cotidiano y desde donde el sujeto, convertido actor, toma elementos de la vida diaria y los transforma según sus propias interpretaciones. El actor re-crea comportamientos cotidianos, reestructurándolos, construyendo nuevas relaciones.

Basado en las investigaciones de Marcel Mauss sobre las técnicas de uso del cuerpo,⁴ Barba denomina como “técnicas extracotidianas” a las técnicas que rigen el comportamiento del actor en situación de representación.

Utilizamos nuestros cuerpos de manera sustancialmente diferente en la vida cotidiana y en las situaciones de representación. [Hacemos] gestos que creemos “naturales”, y que, por el contrario, están determinados culturalmente. (...) El primer paso para descubrir cuáles pueden ser los principios de la vida del actor consiste pues en comprender que a las técnicas cotidianas del cuerpo se oponen técnicas extracotidianas; es decir, técnicas que no respetan los condicionamientos habituales del uso del cuerpo.⁵

Las técnicas extracotidianas reorganizan la utilización del cuerpo según lógicas que les son propias. Richard Schechner,⁶ definió como “restauración del comportamiento” a la reorganización del comportamiento dentro de lo que Barba denomina “bios escénico”, según la aplicación de técnicas extracotidianas. Schechner afirma que toda representación está organizada sobre la restauración del comportamiento, desde los rituales religiosos hasta las representaciones del teatro estético. Lo que varía es el grado de elección de esos comportamientos. En las tradiciones orientales e hindúes, fuertemente codificadas y transmitidas por generaciones, el margen para la elección personal del actor es casi inexistente. Por el contrario, en el teatro occidental es el actor quien investiga, selecciona y sistematiza la restauración del comportamiento.

El comportamiento restaurado es simbólico y reflexivo; no comportamiento vacío, sino comportamiento colmado que difunde pluralidad de significados. (...) Corresponde a los ensayos en el teatro estético limitar las opciones, o al menos aclarar las reglas de la improvisación. Los ensayos tienen la función de construir una partitura y esa partitura es un “ritual por contrato”: un comportamiento prefijado que cada participante consiente en llevar.⁷

La restauración del comportamiento es el núcleo creativo del trabajo del actor occidental. El actor organiza subjetivamente elementos tomados del contexto cultural real. Los ordena según una lógica personal y, respondiendo a una técnica extracotidiana de uso del cuerpo, restaura los comportamientos en el espacio escénico.

En el desarrollo de este proceso creativo el actor en su unidad orgánica es movilizado. Sus energías físicas psíquicas e intelectuales son puestas en funcionamiento. Al entrar en un espacio transicional, extracotidiano él es capaz de jugar con los símbolos que toma del contexto. Retomemos a Winnicott cuando afirma que:

En el juego, y solo en él, pueden el niño o el adulto crear y usar toda la personalidad, y el individuo descubre su persona solo cuando se muestra creador. Los impulsos creadores, motores y sensoriales constituyen la materia del juego. Y sobre la base de este se construye toda la existencia empírica del hombre... Experimentamos la vida en la zona de los fenómenos transicionales, en el estimulante entrelazamiento de la subjetividad y la observación objetiva, zona intermedia entre la realidad interna del individuo y la realidad compartida del mundo, que es exterior a los individuos.⁸

Al establecer nuevos vínculos simbólicos el actor acciona con su esquema y su imagen corporal; son ellos quienes establecen un puente entre su subjetividad y la realidad objetiva.⁹ El sustrato simbólico y el sustrato biológico que constituyen su existencia entran en juego en este proceso. Se sensibiliza la percepción y se enriquece la motricidad.

El punto en donde este proceso se origine es indiferente para sus resultados. El actor puede comenzar por los aspectos externos del comportamiento, por la forma, y organizarlos luego semánticamente. O puede iniciar el trabajo intelectualmente, en su significación, para pasarlo luego a las formas. En cualquier caso, se están creando nuevas relaciones entre el signo y la forma. Se establecen nuevas conexiones entre el sistema neurológico y el sistema motor. Surgen nuevos patrones neurokinesiológicos. El origen de estos patrones, a diferencia de los anteriores, se da en la experiencia teatral.

Entrenamiento

Lo que definimos en el punto anterior como “restauración del comportamiento” es posible gracias al conocimiento que el actor posee de sus propios comportamientos y de las características de la cultura en la que se inserta. Es decir, la restauración del comportamiento como ejercicio creativo solo es posible si existe un proceso previo de autoconocimiento. Para lograr jugar con los comportamientos el actor debe poder reconocerlos y en este sentido el “juego” del actor es una variación del juego infantil. No se trata de elaborar un juicio crítico acerca de su personalidad, o en todo caso ese no es el objetivo principal, el entrenamiento debería estimular un proceso de autoconocimiento, en el cual se descubran las lógicas o “técnicas” que organizan el comportamiento.

Por lo que analizamos hasta ahora, sabemos que las técnicas de

comportamiento se estructuran en patrones. Esos patrones establecen relaciones, conexiones hacia el interior y hacia el exterior del sujeto. Pero este proceso que es parte de la existencia real, cotidiana del sujeto, no siempre se realiza en forma consciente. Como dice Hackney, las conexiones acontecen aunque seamos inconscientes de ella.

En la tarea creativa de restauración del comportamiento el actor crea conscientemente conexiones externas e internas. Él interactúa y reacciona ante una cadena de estímulos creados por él mismo. El actor, un sujeto sensible y real se dispone a vivir y sentir, a jugar, situaciones ficticias. Esto implica un desdoblamiento. Por un lado él es consciente de su realidad existencial y por el otro juega dentro de una realidad supuesta. Desarrolla simultáneamente dos existencias y debe ser consciente de ambas. Él no debe dejar de sentir en el escenario cuánto ama a su madre, por ejemplo, pero tampoco puede dejar de sentir la posición de su cuerpo y el de sus colegas en el espacio escénico, el tempo de sus emociones, el silencio del público, etcétera.

Cuanto más profundamente el actor vivencia una situación ficticia más conectado está con su existencia real, con su organicidad, con las convenciones de su juego. Y eso es lo maravilloso y lo irrepetible del fenómeno teatral.

“La verdadera expresión –ha dicho Grotowski en una reciente entrevista– es la del árbol”. Y explicaba: “Si un actor quiere expresar, se encuentra entonces dividido: hay una parte que quiere y una que expresa, una parte que ordena y una que ejecuta las órdenes”.¹⁰

Es necesario considerar estos dos aspectos en el entrenamiento. Por un lado es preciso un trabajo de autodescubrimiento, donde el sujeto/actor pueda reconocer sus lógicas propias de relación y conexión. A partir de entonces el actor será capaz de definir sus características personales y establecer metas para el enriquecimiento de sus posibilidades expresivas, motrices y creativas.

Para poder individualizar una fase del proceso del entrenamiento donde esta tarea sea llevada a cabo, Eugenio Barba define un nivel preexpresivo de organización del arte del actor, “virtualmente separable del nivel expresivo”¹¹ y sobre el cual es posible “modelar la calidad de la propia existencia escénica”.¹² Según Barba,

(...) distinguir virtualmente el nivel preexpresivo del nivel expresivo... quiere decir seguir los criterios normales de todo hombre de ciencia y de todo investigador empírico: individualizar el propio campo de investigación; tratarlo como si fuese un campo por sí mismo; trazar confines operativamente útiles; concentrarse en ellos, inventariar, comparar, excavar, precisar algunas lógicas de funcionamiento; luego reconectar aquel campo al conjunto del que ha sido separado solo por finalidades cognoscitivas.¹³

El trabajo de reconocimiento de las relaciones/conexiones internas y externas propias del sujeto se ubicaría en este nivel. En tanto que la creación consciente y subjetiva de nuevas conexiones vinculadas al hecho teatral se iniciaría en el nivel preexpresivo y pasaría, al atribuírsele significación, al nivel de la expresividad. Porque si bien el nivel preexpresivo funciona como una “abstracción cognoscitiva”, un nivel operativo de desarrollo y organización del bios escénico, él es inseparable del nivel expresivo.

La abstracción de este nivel dentro del total de la expresividad es un aporte valioso de Barba al campo del entrenamiento del actor. Sin embargo, es importante destacar que en este intento por sistematizar y objetivar la tarea, no debe perderse de vista que se está trabajando con seres humanos. Si bien resulta operativo definir un espacio de entrenamiento objetivo del cuerpo no debe abandonarse la noción de corporeidad,¹⁴ como la unidad subjetiva del cuerpo y la mente. Y, precisamente por estar trabajando en un terreno tan subjetivo, no todos los elementos que hacen al entrenamiento del actor pueden ser objetivados y manipulados como simples componentes de la preexpresividad o la expresividad.

Considero importante esta aclaración, porque entiendo que las adaptaciones de las ideas de Barba en Latinoamérica algunas veces carecieron de la flexibilidad necesaria para comprender que el entrenamiento es un proceso personal y guiado por la propia subjetividad. La importación de las ideas barbianas generó, en algunos espacios, un acatamiento literal y rígido de la propuesta del director italiano. Se llegó a veces a imponer una disciplina, en el sentido que Foucault la define,¹⁵ en lugar de estimular la autodisciplina. Es decir, la búsqueda orientada por el propio actor donde él mismo organiza su trabajo.

En la implementación literal y sin adaptaciones al contexto de los principios del entrenamiento de Barba, como en todo lo que se pretende reproducir de forma dogmática, se corre el riesgo de reducir la riqueza de una concepción ética y estética a la mera aplicación de recetas. El reduccionismo que algunas veces sufrió

el entrenamiento barbiano reprodujo la lógica cartesiana de dividir entre cuerpo y mente y considerar al cuerpo como a un objeto. El entrenamiento se distanció de la naturaleza orgánica, simbólica y subjetiva del cuerpo. Es por esta razón que las ideas de Barba a veces son rechazadas por considerárselas demasiado rígidas. En realidad las que son demasiado rígidas son sus interpretaciones.

Una vez aclarado este punto, retomemos nuestro análisis del entrenamiento actoral. Como el mismo Barba afirma, la noción de entrenamiento no fue creada por él, ni tampoco el plano de la preexpresividad.¹⁶ Desde fines del siglo XIX surgen maestros del teatro occidental que proponen un cambio radical en el arte del actor y manifiestan la necesidad de sistematizar métodos de entrenamiento, preocupándose por un nivel de trabajo que puede calificarse como preexpresivo.

Constantin Stanislavski, según Barba, investigó en el terreno preexpresivo para lograr una vía de acceso al personaje. En la propuesta del maestro ruso, tanto en el Método de la Memoria Emotiva, como en el de las Acciones Físicas, el objetivo es desarrollar la organicidad escénica del actor, dado que es él quien crea sus propios procedimientos poéticos para encarnar la composición. En esta tarea se desarrolla un proceso de autoconocimiento, que estimula la potencialidad creativa. Así el trabajo sobre sí mismo, como actor, se convierte en el trabajo sobre sí mismo como individuo.

La diferencia entre el primer y el segundo método stanislavskiano es que, en el primero, el proceso de autoconocimiento se genera como resultado de la introspección, y por lo tanto el actor bucea en sí mismo, pero sin definir procedimientos que le permitan construir personajes alternativos a la propia personalidad. En la segunda etapa, lo que conocemos como el Método de las Acciones Físicas, el actor se conoce a sí mismo como consecuencia de lo que efectivamente hace para llevar adelante la acción dramática y de su objetivación expresiva en la situación teatral.

Rechazando la idea de sus propuestas como una “receta mágica” Stanislavski afirmaba:

[Este método] no fue ni combinado ni inventado por nadie [...] está basado en las leyes de la naturaleza. No es un libro de recetas, es todo un estilo de vida en el cual es preciso que usted crea y que se eduque durante años.¹⁷

A partir de Stanislavski, los grandes maestros del teatro investigaron en el nivel de la organicidad escénica del actor. Distanciándose, criticándolo, profundizando sus ideas, pero siempre tomando la apasionada tarea del maestro ruso como referencia. Pensemos en Vsévolod Meyerhold, Antonin Artaud, Bertolt Brecht, Jerzy Grotowski, Raúl Serrano, mencionando solo algunos de los más destacados maestros.¹⁸

El entrenamiento, entonces, surge como la forma de sistematizar estrategias para el desarrollo de procesos autocognitivos. Dentro de los cuales el actor reconocerá sus particularidades individuales y orgánicas y aprenderá a moldearlas en función de las necesidades y particularidades de su actividad artística.

El uso social de nuestro cuerpo es necesariamente el resultado. Ha sido culturizado y colonizado. Conoce únicamente los usos y las perspectivas para los que ha sido educado. Para encontrar otros debe apartarse de sus modelos. Debe fatalmente dirigirse hacia otra forma de “cultura” por la que ser “colonizado”. Pero este paso hace descubrir al actor su propia vida, su propia independencia y su propia elocuencia física.¹⁹

La práctica del entrenamiento

Una vez reconocida la validez de definir un nivel preexpresivo en la definición de estrategias para el entrenamiento –entendido como un proceso autocognitivo– surgen dos aspectos que deben complementarse para generar el proceso. Por un lado, es preciso definir estrategias que aborden el autoconocimiento a través del movimiento, por otro lado, es necesario vincular ese proceso a un entrenamiento expresivo artístico. O sea, que el actor pueda descubrir y reconocer sus lógicas cotidianas de uso del cuerpo mientras está trabajando en la creación de nuevas lógicas.

Cabe aclarar, que la separación entre una fase autocognitiva y una fase expresivo/artística, se realiza solo con fines analíticos y didácticos, ya que en la práctica esos dos momentos se superponen en el proceso. Algunas veces, y según los objetivos, puede priorizarse un aspecto sobre el otro; otras, ambos se trabajan con la misma intensidad, pero siempre están presentes.

La “segunda colonización” debe realizarse en dirección contraria a la colonización de la cultura occidental, la cultura del silenciamiento del cuerpo, del

“claro-oscuro”, como afirma Le Breton. Esta nueva colonización apunta al descubrimiento de las características individuales y al desarrollo de las potencialidades del sujeto. Es preciso para ello trabajar sobre la reconexión, en el sentido que Hackney la define,²⁰ restableciendo o creando conexiones consigo mismo y con el entorno, abriendo caminos para el desbloqueo, y la sensibilización de la persona.

Aproximamos aquí dos conceptos que resultan congruentes entre sí y fundamentales para nuestros objetivos: reconexión o repatronización, y segunda colonización. El objetivo del entrenamiento, como proceso autocognitivo, debe orientarse a estimular el desarrollo de habilidades que permitan el reconocimiento de las características personales, de los propios patrones y la creación de nuevas conexiones neuromusculares, reconociendo al cambio como núcleo creativo. Es en ese proceso de movimiento/cambio que el sujeto se incorpora, se vuelve cuerpo, creando conexiones hacia su interior y en interacción con el mundo. Para Hackney este, de por sí, es un acto creativo,

(...) la habilidad para crear relaciones comienza en nuestros propios cuerpos. (...) En tanto hagamos conscientes estos estadios de desarrollo corporal, reconoceremos que estamos en un proceso creativo siempre, creando nuestra existencia corpórea. Y podemos ver que esos estadios y patrones se reflejan en el desarrollo de nuestro otro trabajo creativo también.²¹

Por esta razón el entrenamiento, como proceso autocognitivo, es una tarea compleja. Precisamente porque apunta al conocimiento profundo del ser, porque penetra la esfera psíquica y física y no debería plantearse como un proceso lineal, que provoca cambios en la estructura del sujeto en poco tiempo y con grandes resultados. Si el sujeto/actor no está lo suficientemente perceptivo, él no podrá ser consciente del trabajo que está realizando.

Los ejercicios del *training* físico permiten desarrollar un nuevo comportamiento, un modo diferente de moverse, de actuar y reaccionar, una destreza determinada. Pero esta destreza se estanca en una realidad unidimensional si no se alcanza la profundidad del individuo. Los ejercicios físicos son siempre ejercicios espirituales.²²

Para poder definir propuestas metodológicas de entrenamiento, que desarrollen procesos de autoconocimiento resulta necesario definir estrategias para orientar al actor por un recorrido en el cual él pueda reconocerse y aprehenderse

como materia sensible, mutable y capaz de ejercitarse en procura de objetivos artísticos.

Estamos mandados a aprender sobre cómo relacionarnos con nosotros mismos y con otros... Esto significa que en un nivel micro –con nosotros mismos– y en un nivel macro –con nuestro universo– estamos siempre tratando con complejos patrones de relación y esas relaciones están constantemente cambiando.²³

En esta articulación entre conocimiento a través del movimiento y creación de formas expresivas dentro del proceso de entrenamiento del actor pueden insertarse las disciplinas que se agrupan dentro del campo de la Educación Somática. De acuerdo con Fortin,²⁴ vinculada al entrenamiento de actores y bailarines la Educación Somática propone una reeducación para el logro de una libertad estructural, funcional y expresiva que posibilite la adquisición de una polivalencia motora, tan necesaria para los artistas escénicos.

Según esta autora, la Educación Somática se interesa, entre otros por la construcción de los gestos fundamentales. Estos son “una especie de prerrequisito sobre el cual se pueden implantar los aprendizajes motores más complejos”.²⁵ En el trabajo, estos gestos son abordados tanto sobre una base motora como simbólica. Para los educadores somáticos, continúa Fortin, los cambios no provienen únicamente de los ejercicios físicos sino también de un refinamiento sensorial que esos ejercicios posibilitan. Se aborda de esta forma el sistema sensorio motor en su conjunto. Es por eso que un trabajo de refinamiento de la propiocepción facilitará el proceso de aprendizaje y autoconocimiento: “Ser capaz de sentir para actuar, ese es un *leitmotiv* de la Educación Somática. Actuar en el intento de aumentar las posibilidades de elegir, y entonces, aumentar su libertad”.²⁶

Reorganización global o segunda colonización

La experiencia que la Educación Somática propone abarca, a través del sistema sensorio-motor, las distintas dimensiones que permanecen conectadas con él: cognitivas, psicológicas, sociales, emotivas y espirituales y las estudia según una nueva lógica. La acción pedagógica de la Educación Somática va más allá del espacio de las clases, procura el desarrollo del sujeto en todos los ámbitos de su vida, incluido el escénico. Educarse somáticamente implica

reeducarse, reorganizarse globalmente, como dice Fortin. La experiencia somática representa un medio para desarrollar esa reorganización, ella sola no constituye un fin. No debe ser pensada como un objetivo sino como un proceso a través del cual el sujeto se reconoce.

Es interesante descubrir que así como la Educación Somática se propone como un medio para arribar a un fin: el autoconocimiento, la Antropología Teatral también concibe al entrenamiento físico como el medio a través del cual se crean estrategias que permitan el desarrollo de un proceso autocognitivo.

Tanto la segunda colonización que propone Barba como la reorganización global que procura la Educación Somática pueden entenderse como procesos que buscan el autoconocimiento a través del movimiento. Sin embargo, las metodologías y los conceptos aplicados a tal fin son diferentes. La Antropología Teatral posee fines estéticos, artísticos y sus conocimientos abarcan específicamente el campo teatral. La Educación Somática, por su parte, posee fines terapéuticos, expresivos y artísticos, pero no se ocupa particularmente del fenómeno teatral. Sus propuestas metodológicas se construyen sobre el conocimiento del funcionamiento anatómico, fisiológico y psíquico del sujeto.

Es posible entonces, considerar que si articulamos los campos de conocimiento y acción de ambas disciplinas obtendremos una complementación que favorecerá al proceso de entrenamiento del actor. Por ejemplo, trabajar sobre los principios que la Antropología Teatral ha definido en el plano de la preexpresividad, a partir del conocimiento básico de las posibilidades físicas y psíquicas de cada actor, aspectos estos posibles de abordar a través de la Educación Somática. Esto permitirá adaptar las propuestas barbianas a las particularidades de los sujetos, según su estructura orgánica, su corporeidad.

De la misma forma, orientar a un sujeto consciente de sus particularidades orgánicas hacia el campo teatral ubicará al proceso de autoconocimiento en el ámbito de la creación artística. Así, los conceptos “repatronización” y “segunda colonización” podrán aproximarse y constituir una nueva propuesta para el entrenamiento. En procura de esta aproximación, vamos ahora a analizar las etapas en que un proceso somático se estructura.

Un entrenamiento “somático-teatral”

Se distinguen tres momentos dentro del proceso educativo que desarrollan las disciplinas somáticas.²⁷ El primer momento apunta a reconocer los patrones habituales de movimiento que resultan restrictivos y contraproducentes. Algunos de ellos pueden ser muy profundos y sutiles como retener la respiración cuando queremos utilizar la fuerza. Dado que el oxígeno es esencial para el funcionamiento de nuestros músculos, retener la respiración puede solo frustrar nuestros esfuerzos.

El segundo estadio propone incrementar el conocimiento y el control de los procesos psico-fisiológicos básicos, lo cual puede comenzar por corregir patrones de hábitos restrictivos y orientarlos hacia una óptima performance cuerpo-mente. Por ejemplo, trabajar sobre los patrones de retención del oxígeno para administrar el uso de la fuerza.

El tercer nivel de este aprendizaje apunta a desarrollar en el sujeto la capacidad de expresar los nuevos patrones de movimiento en las actividades diarias. Para ayudar a esto los terapeutas recomiendan ejercicios que el sujeto puede hacer en su casa, solo. Estos ejercicios apuntan a encontrar imágenes visuales que ayudarán a realizar movimientos en forma eficiente.

El desarrollo de estas fases posibilita la introducción gradual del sujeto dentro de un proceso autocognitivo ofreciendo herramientas de análisis y estímulos que se adaptan a los tiempos personales. En este sentido los tiempos de desarrollo de cada etapa pueden adaptarse a las necesidades individuales y grupales.

Según B. B. Cohen, un aspecto importante del trabajo es descubrir la relación entre el más pequeño nivel de actividad en el interior del cuerpo y el más amplio movimiento del cuerpo, alineando el movimiento celular interno con la expresión externa del movimiento a través del espacio. Pero el alineamiento por sí mismo no es la meta. Existe un continuo diálogo entre reconocimiento y acción que se convierte en conocimiento de las relaciones que existen a través de nuestro cuerpo/mente y actúan desde ese conocimiento. Según Cohen: “Lo importante para cada persona es aprender cómo es que se aprende, para confiar en su propia intuición y estar abierto al estilo único de los demás”.²⁸

Trasladado al entrenamiento escénico este aprender a aprender implica, no solo un conocimiento sobre la propia persona, sino también un conocimiento sobre las formas que las características personales pueden asumir en el plano creativo. A eso se refiere Barba cuando afirma que la Antropología Teatral estudia el comportamiento humano en situación de representación escénica y según principios que son diferentes de los usados en la vida cotidiana. Lo que Barba define como “bios escénico” es el aspecto del comportamiento humano que interesa a la Antropología Teatral. O sea, según esta propuesta, el actor a través del entrenamiento puede aprender a aprender cuáles son las lógicas que gobiernan su comportamiento escénico.²⁹

La profesión del actor se inicia generalmente con la asimilación de un bagaje técnico que se personaliza. El conocimiento de los principios que gobiernan el bios escénico permite algo más: aprender a aprender. Esto es de enorme importancia para los que escogen superar los límites de una técnica especializada o para los que se ven obligados a hacerlo. En realidad aprender a aprender es esencial para todos. Es la condición para dominar el propio saber técnico y no ser dominado por él.³⁰

Para vincular las tres instancias definidas por la Educación Somática al entrenamiento expresivo artístico del actor, propongo sumar una etapa más. La cuarta fase permitirá orientar a la experiencia de sensibilización sensorio-motriz –propia de un proceso somático– dentro de un terreno creativo, teatral. En ese espacio, que recordando a Winnicott podemos definir como “transicional”,³¹ y citando a Barba podemos identificar como preexpresivo, el actor podrá reconocer y ampliar sus patrones perceptivo-motores, en tanto crea nuevas conexiones entre movimiento y significado. Él será estimulado a crear nuevas relaciones, reconociendo al cambio como núcleo del movimiento y la creatividad.

La cuarta fase de ese proceso “somático-teatral” aportará elementos específicos del campo teatral y orientará la tarea de reconocimiento dentro del plano creativo donde lo simbólico se mixtura con lo orgánico y crea nuevas relaciones de forma y sentido. Esta cuarta fase no debe incluirse siguiendo una progresión temporal, sino que debe articularse a todo el proceso de autoconocimiento, de manera de estimular el proceso de autoconocimiento dentro del campo creativo y lúdico constantemente.

Para profundizar en este tercer polo de creación de patrones de movimiento, que hemos denominado Polo Dramático, vamos a analizar dos conceptos que resultan fundamentales para comprender y trabajar el movimiento dentro del

campo teatral: el de preexpresividad y el de energía. Estudiaremos el modo en que ambos son abordados, tanto por la Educación Somática como por la Antropología Teatral, intentando determinar cuáles son los puntos en común entre ambas concepciones.

Preexpresividad

Como observábamos en páginas anteriores, el concepto de “preexpresividad” es utilizado en la Antropología Teatral para definir un nivel de organización del comportamiento del actor virtualmente separable del nivel expresivo.³² Su definición responde más a una ficción cognoscitiva que a su existencia objetiva, pero ella resulta útil para actuar en un nivel operativo. El plano preexpresivo atañe a una lógica del proceso, permite estudiar el comportamiento del actor no para analizar sus resultados, sino para comprender cómo fueron alcanzados esos resultados.

En el campo de la Educación Somática, el concepto de preexpresividad puede hallarse en las definiciones del investigador Gubert Godard cuando afirma que “la expresividad del bailarín está determinada por el fondo tónico del individuo sobre el cual se implanta el movimiento: los músculos tónico-gravitacionales, siendo estos los que registran nuestras alteraciones de estado emotivo”.³³

Para Godard, existe una fase del entrenamiento, que él denomina premovimiento, donde esa musculatura tiene que ser trabajada, para organizar en forma coherente el mensaje a ser transmitido. Según Fortín, este nivel de trabajo denominado premovimiento, se orienta más hacia la estructura orgánica que hacia el sentido del movimiento. Es un nivel previo a la expresividad. La diferencia con la Antropología Teatral estriba en que esta propone trabajar el “como si” para modificar la energía y la Educación Somática habla de trabajar el fondo tónico del movimiento. No obstante, ambas abordan la energía en un nivel previo a la expresión. El primero lo hace desde la intervención de la imaginación, el segundo desarrolla un proceso partiendo del reconocimiento de la tonicidad muscular.

Aunque parezca relativamente nuevo, el concepto de preexpresividad viene siendo utilizado desde hace muchos años por Rudolf Laban y sus discípulos, cuyas teorías son fundamento de la Educación Somática.

En el sistema de Análisis del Movimiento de Laban, el movimiento es estudiado según cuatro categorías: Cuerpo - Expresividad - Forma - Espacio. Según Ciane Fernandes,³⁴ la categoría Expresividad se refiere a las cualidades dinámicas del movimiento y deriva del término “effort”, en inglés, que a su vez es la traducción del término alemán “antrieb”, utilizado originalmente por Laban. Este término significa “propulsión, ímpetu, impulso para el movimiento”. La categoría Expresividad se refiere a las cualidades dinámicas que expresan la actitud interna del individuo en relación con cuatro factores: flujo, espacio, peso y tiempo. El factor flujo es el primero a desenvolverse y constituye la base para los restantes.

En base a las investigaciones de Laban, la psiquiatra Judith Kestenberg,³⁵ a quien ya nos referimos en el Polo Cultural, definió bajo el concepto de preexpresividad al proceso de desarrollo de las cualidades expresivas en los niños, que se halla presente subliminalmente en la Expresividad adulta. En ese nivel, por medio de exploraciones sensoriales, el niño comienza a desarrollar cualidades expresivas. De acuerdo con Kestenberg, en la preexpresividad el factor flujo, que es el grado de control de la energía expresiva, “está siempre presente como una base de tensión libre o contenida sustentando las otras cualidades o precalidades”.³⁶ Según Kestenberg:

Los procesos primarios de pensamiento derivan en parte de percepciones no cognitivas de cambios rítmicos en el flujo de la tensión muscular. La regulación del flujo de tensión que nos permite distinguir entre continuidad y discontinuidad es uno de los primeros pasos en el desarrollo del control de la movilidad. Las polaridades de los atributos del flujo [libre o contenido] forman la base para todas las variedades de movimientos posibles para nosotros en nuestra acomodación al contexto y nuestra defensa de él.³⁷

Para esta psiquiatra, el flujo de los movimientos está regulado en el nivel de la preexpresividad por el sistema psicomotor y, a medida que el sujeto crece, esa regulación es asumida por el ego. Una vez que esto sucede, el ego, en relación con el contexto, controla las descargas rítmicas que determinan la intensidad del flujo. Sin embargo, los ritmos de tensión y relajación primarios se mantienen en el individuo durante toda su vida, subyacentes en diferentes procesos.

Afirma Kestenberg, que la gradación sutil de intensidades es una adquisición avanzada que permite al niño amoldar el movimiento al servicio de expresiones afectivas diferenciadas y habilidades sutiles. La madurez de las conexiones corticales permite al niño entrelazar percepciones kinestésicas, táctiles, visuales, y

auditivas con conceptos de “dónde, qué y cuándo” y, mientras hace eso, progresivamente conoce el espacio, el peso y el tiempo. La maduración del aparato que parece estar diseñado para el control de esas fuerzas de la realidad, ofrece los cuatro elementos de la Expresividad a nuestra adaptación del comportamiento motor.³⁸

La Educación Somática utiliza el concepto de “preexpresividad” para analizar la relación entre energía, movimiento y psiquis. Inicia sus estudios con la infancia y analiza cómo esa relación evoluciona en el comportamiento adulto. Para la Antropología Teatral, lo preexpresivo representa un nivel del trabajo del actor, o sea, del comportamiento del hombre en situación de representación. Para la Educación Somática, es a través del nivel preexpresivo, que la criatura aprende a administrar el flujo de la energía que va a evolucionar en formas expresivas. Para la Antropología Teatral, este nivel es una instancia de aprendizaje donde el actor puede profundizar en el conocimiento de su energía, aprender a moldearla y administrarla.

Los objetivos son diferentes. En el campo somático, el estudio de la preexpresividad implica conocer las bases fisiológicas sobre las cuales el sujeto se expresa. Sin embargo, las técnicas de la Educación Somática trabajan la revisión en la práctica de la preexpresividad como fase infantil, volviéndola consciente y abordándola en actividades de adultos, tanto terapéuticas como artísticas. En la Antropología Teatral, el plano preexpresivo es un ejercicio de la imaginación, desarrollado conscientemente, donde el actor procura, a través del “como si”, comenzar a jugar con las diferentes posibilidades de organizar sus descargas de energía. La Antropología Teatral trabaja en el campo del juego simbólico, del como si, de la poética. La Educación Somática propone sistemas de trabajo a partir del conocimiento obtenido de investigaciones científicas sobre ese aspecto del comportamiento humano.

En ambos casos, la preexpresividad es una fase donde se aprende a moldear la energía, sea en forma inconsciente o consciente. Es posible, entonces, pensar que sobre la base del conocimiento científico de las diferentes formas orgánicas de administración de la energía se articule el juego como estrategia para descubrir nuevas formas de administración de las fuerzas vitales. Veamos ahora cómo cada una de estas áreas aborda el concepto de energía.

Energía

Cuando Laban definió la categoría Expresividad,³⁹ identificó como factor flujo a las tensiones musculares usadas para dejar fluir el movimiento o para restringirlo. El factor flujo es, en el LMA, llamado como flujo de la Expresividad, para distinguirlo de la Forma Fluida o Flujo de la Forma, que es parte de otra de las categorías del Análisis del Movimiento, definida por Warren Lamb, discípulo de Laban. La Dra. Kestenberg creó el término Tensión del Flujo para describir más específicamente qué es lo que está fluyendo en el movimiento. Para ella, la Tensión del Flujo representa las relaciones complementarias (flujo libre) u opuestas (flujo contenido) entre grupos musculares agonistas y antagonistas, lo que, como afirma Cecily Dell “es una forma técnica de decir que no es la presencia de tensión, sino la calidad de la tensión lo que torna al flujo del movimiento libre o contenido”.⁴⁰

El cuerpo humano está siempre en un estado más o menos tenso. Los cambios rítmicos en la respiración, el control de los esfínteres, las respuestas constantes del cuerpo a los estímulos internos y externos, proveen un flujo constante que impulsa al movimiento. Por eso, el movimiento debe ser observado como el estado natural del cuerpo humano vivo. Esto es particularmente importante para comprender las oposiciones, los extremos en las calidades del factor flujo. Según Dell, “todos los movimientos requieren tensión muscular, y es la relación entre músculos tensos más que la presencia de tensión en el cuerpo lo que determina la calidad del flujo”.⁴¹

Según Dell, los cambios en la calidad del flujo parecen ser el tipo más frecuente de cambios en el movimiento, de todos los elementos de la Expresividad. Ellos parecen, de hecho, consistir en un tipo de sustancia del movimiento, fuera de la cual los cambios en las calidades de peso, tiempo y espacio pueden cristalizarse como “características” en medio de los continuos cambios de flujo. Desde este punto de vista, el flujo alimenta, en cierto sentido, a los otros factores y puede ser sometido por ellos cuando se cristalizan.

En base al análisis de los continuos cambios en el flujo del movimiento, Kestenberg definió tres características de la forma en la cual el flujo cambia. Ella las nombró como Atributos del Flujo. El primero es la Intensidad, que define el grado relativo de concentración del flujo en la producción de la calidad. No debe ser entendida como una cantidad cuantificable, sino como un

cambio que se puede observar. Para cualquier calidad expresiva, se distinguen tres grados de intensidad: extrema, media y neutra. El segundo atributo se refiere a la cantidad de cambios que aparecen en la continuidad del flujo. Cuando se realizan varios cambios en la calidad del flujo, este se caracteriza como fluctuante. Si la calidad del flujo permanece igual durante un período de tiempo, el flujo se caracteriza como constante. La tercera característica se refiere a la duración de los cambios en la calidad del flujo, Kestenberg la clasifica como abrupta o gradual.⁴²

Según Fernandes,⁴³ el grado de intensidad y fluidez del factor flujo del movimiento está determinado en gran parte por los líquidos corporales –sangre, linfa, líquido conectivo, líquido sinovial, líquido céfalo-raquídeo, etcétera– y por los órganos –estómago, intestinos, hígado, pulmones, corazón, etcétera–. Dentro del LMA para estudiar las calidades de un movimiento es preciso comprender cómo ese movimiento es realizado. El factor flujo se vincula a ese *cómo*, expresa sentimiento, emoción, fluidez o contracción, apertura o defensa, expresa el funcionamiento del organismo, de las energías vitales que lo habitan.

Es sobre la energía que Bonnie B. Cohen trabaja cuando realiza su tarea de repatronización. Ella afirma que no acciona directamente sobre los patrones; prefiere trabajar con el espacio existente entre ellos. No mira el movimiento, sino su sombra: “Yo trabajo siempre con energía, colocándola en la estructura física, pero nunca partiendo de esas estructuras físicas”.⁴⁴ Ella observa cómo ese movimiento está siendo hecho, no el movimiento en sí mismo. A través de un movimiento, Cohen puede ver la totalidad del patrón que le da origen y observar lo que no se está realizando y lo que el sujeto tiene posibilidades de hacer. Si ella nota un quiebre en el patrón, sabe que ese patrón, en su totalidad, no es posible para el sujeto. Entonces trabajará con ese punto de quiebre, porque lo puede ver, aunque no se manifieste. Lo que Cohen observa es la continuidad, la fluidez del flujo del movimiento, los cortes en los patrones reflejándose en la fluidez de la energía.

Es precisamente en términos de un *cómo* que la Antropología Teatral identifica a la energía en el actor. Barba afirma que la energía para el actor no debe ser abordada como un concepto abstracto, como un *qué*. La Energía debe significar un *cómo*. La preocupación del actor debe ser aprender a administrarla según sus objetivos. Todos los seres humanos administran, aun

inconscientemente, sus fuerzas vitales; el actor debe conseguir organizarlas, seleccionadas, exponerlas y hasta pensarlas.

Según Barba, la energía –literalmente *en-ergein*, ponerse a trabajar– es la movilización de nuestras fuerzas físicas, psíquicas e intelectuales, cuando enfrentan una tarea, un problema, un obstáculo. Es la capacidad del individuo de intervenir en el ambiente circundante adaptándose y adaptándolo. Al movilizar nuestras fuerzas, se generan cambios cualitativos y cuantitativos. Son precisamente esos cambios los que definen el concepto de energía. Ellos permiten observarla y estudiarla.

Barba, como Kestenberg, estudia las modificaciones cualitativas y cuantitativas en el flujo del movimiento, para abordar el concepto de energía. Kestenberg investigó sobre las energías psíquicas y motrices, determinando diferentes calidades y cantidades de flujo en el movimiento de las personas en su vida cotidiana. Barba, a través de la Antropología Teatral, estudió diferentes manifestaciones teatrales, determinando la existencia de principios de utilización del cuerpo en la escena que se repiten en las más diversas culturas teatrales. Cuando Barba habla de utilización del cuerpo, se está refiriendo a principios de administración de las fuerzas vitales. Todos los principios o leyes que analiza en sus libros desarrollan formas diferentes de trabajar la energía dentro de un espacio escénico. No profundizaremos aquí en esos principios, pero los nombraremos solamente para observar cómo cada uno de ellos se vincula a un uso particular de la energía.

* Desde el plano extracotidiano, vinculado al campo escénico, la Antropología Teatral trabaja sobre la utilización de la energía de una manera que difiere del uso cotidiano de la misma. Toda la propuesta de la Antropología Teatral está basada en la dilatación de las fuerzas del actor. En la vida cotidiana, el sujeto acciona sobre el principio del menor gasto de energía para el mayor resultado. En la escena, el actor trabaja de forma opuesta: dilata sus energías, las amplía, en función de su comportamiento escénico. Es lo que en Occidente conocemos como “presencia del actor”. Como observa Barba, “el flujo de energías que caracteriza nuestro comportamiento cotidiano fue redireccionado, (...) las partículas que componen el comportamiento cotidiano fueron excitadas y producen más energía”.⁴⁵ Es este el principio fundamental que analiza la Antropología Teatral: la Dilatación de la Energía, sobre su base se desarrollan los demás principios.

* El principio del Equilibrio Extracotidiano es la alteración del equilibrio cotidiano, la búsqueda de una precariedad en los apoyos. Esto puede ser entendido como una alteración de los flujos habituales y la generación de nuevas relaciones entre músculos agonistas y antagonistas, produciendo fuerzas diferentes, extracotidianas. Según Barba, esa alteración del equilibrio “dilata las tensiones del cuerpo, de tal manera que el actor-bailarín parece estar vivo antes mismo que él comience a expresarse”.⁴⁶

* El principio de las Oposiciones refleja “la naturaleza dialéctica en el nivel material del teatro”,⁴⁷ que está directamente vinculado al concepto –definido por Kestenberg– de fuerzas opuestas que surgen en cada movimiento (fuerzas agonistas y antagonistas), y que definen el flujo de la energía. El actor realiza oposiciones conscientemente, a cada movimiento o impulso, ampliándolas en el espacio y el tiempo. Como afirma Grotowski: “La clave (para el actor) no es el relajamiento, es la relación entre la contracción y el relajamiento”.⁴⁸

* El principio de la Incoherencia-Coherente es la utilización de una lógica diferente para la organización de los movimientos en la escena. Él refiere a la creación de una nueva técnica, coherente para el plano escénico, incoherente para las técnicas cotidianas de uso del cuerpo. Según Barba, resulta interesante constatar que:

(...) el hecho de que la incoherencia, esa inicial no adhesión a la economía de la praxis cotidiana, se desarrolla después en una nueva y sistemática coherencia... El actor, a través de una larga práctica y un entrenamiento continuo fija esta “incoherencia” en un proceso de inervación, desarrolla otros reflejos neuromusculares que desembocan en una nueva cultura del cuerpo, en una “segunda naturaleza”, en una nueva coherencia, artificial, pero marcada por el *bios*.⁴⁹

En este principio, se constata la noción de Kestenberg sobre el rol del ego como regulador del flujo del movimiento. Tanto aquí, como en los demás principios estudiados por la Antropología Teatral, es posible aplicar las calificaciones de flujo realizadas por Laban y Kestenberg. Esto es lógico porque ellos trabajan sobre bases orgánicas, en tanto que la Antropología Teatral desarrolla principios que organizan el Bios Escénico.

Por otra parte, si atendemos a los orígenes del campo de la Educación Somática, podemos observar que fueron en gran parte determinados por la

influencia que las culturas orientales ejercieron sobre Occidente hacia fines del siglo XIX.⁵⁰ De esta influencia surgieron nuevos paradigmas del ser humano actuando, como unidad integral, en contacto con otros seres y con el cosmos. Esta nueva cosmovisión influyó los diversos campos del arte y las ciencias, que muchas veces fueron apropiadas por el campo teatral.

La Antropología Teatral refleja constantemente la articulación entre Oriente y Occidente y toma como referentes a los maestros corporalistas de los siglos XIX y XX que profundizaron esta vinculación. Por lo tanto, es posible pensar que las matrices conceptuales de ambas disciplinas comparten un mismo origen. Pero no se trata solo de establecer paralelos. Lo importante es observar que ambas líneas están orientadas dentro de un mismo marco conceptual, y es por eso que pueden articularse en una propuesta metodológica para el entrenamiento del actor. Las diferencias actuales entre una y otra ofrecen también la posibilidad de pensar en una complementación. Lo que una tiene de científico y concreto, la otra lo tiene de simbólico y abstracto. ¿No es una buena mezcla para el entrenamiento del actor?

Algunas observaciones

En base a lo visto hasta aquí, podemos identificar a la energía del actor como el núcleo y el objeto de su entrenamiento. Aprender a conocerse, aprender a aprender, es aprender cómo operan las fuerzas vitales en nuestro organismo y cómo podemos trabajar con ellas, moldearlas en el proceso creativo. Observamos que se puede introducir la Antropología Teatral como una fase más del conocimiento somático para definir una propuesta de entrenamiento para el actor. Vimos también que no es preciso organizar las distintas fases de dicho entrenamiento en una sucesión temporal, la lógica teatral se encontraría siempre articulando todas las acciones, en tanto el sujeto enriquece y sensibiliza su sistema psicomotor.

Como conclusión, podemos decir que el estudio sobre los patrones de movimiento es el estudio de las formas en que el cuerpo se organiza para administrar su energía. Hemos estudiado hasta aquí diferentes concepciones sobre la organización de la energía. Cohen habló de energía organizada a través del sistema psicomotor; Kestenberg de los ritmos de descarga energética, Bartenieff sobre las conexiones que posibilitan la fluidez de la energía en el

cuerpo, Reich y Lowen observaron cómo la energía se bloquea y forma corazas, Stanislavski, Grotowski y Barba estudiaron la energía como elemento sustancial del arte del actor.

Es posible, entonces, pensar al entrenamiento como un proceso de autoconocimiento del sujeto/actor para la escena. Su objetivo será reconocer a la energía, como fuerza vital que organiza los comportamientos escénicos. La metodología se orientará a reorganizar la energía en una realidad ficticia y según técnicas extracotidianas de comportamiento, sobre las cuales el actor creará nuevas conexiones en su sistema psicomotor. Como definición, esta resulta lo suficientemente abarcativa para aplicarse en cualquier contexto, la cuestión será entonces, y ya que hemos hablado de las falencias en la reiteración de recetas, realizar una adaptación a las características particulares de la expresividad y el movimiento de los actores de un contexto cultural determinado.

NOTAS

1. Mangifesta, Claudio. "Grupalidad y Espacio Creador", en *Anales del II Congreso Argentino de Psicología y Psicoterapia de Grupo*. Asociación Argentina de Psicología y Psicoterapia de grupo, Buenos Aires, 1991.
2. Para profundizar en este concepto ver: Winnicot, Donald, *Realidad y juego*. Gedisa, Barcelona. 1971.
3. Winnicott, D., *El hogar, nuestro punto de partida*, Paidós, Buenos Aires, 1992, p. 49.
4. Ver: Barba, E, N. Savarese, "Anatomía del Actor". Gaceta, México, 1988, p. 186. Ver además el Polo Cultural, en este trabajo, donde se analiza la definición de "técnicas corporales" creada por Mauss.
5. Idem, p. 16.
6. Schechner, Richard, *Restauración del comportamiento*, en: Barba-Savarese, 1988, p. 186.
7. Idem anterior, p. 186.
8. D. Winnicot, obra citada, capítulo IV.
9. Estos dos conceptos son tratados en profundidad en el punto en que se aborda la generación de patrones de movimiento en la cultura: el Polo Cultural.
10. Barba y Savarese 1988, p. 30.
11. Barba, Eugenio, *La canoa de papel*, Catálogos, Buenos Aires, 1994, p. 163.
12. Idem anterior, p. 164.
13. Idem anterior, p. 165.
14. Ver el ítem Polo Cultural, dentro de este texto, donde se aborda el concepto de "corporeidad".
15. Ver en el ítem Polo Cultural cómo Foucault analiza el surgimiento de las disciplinas en las sociedades renacentistas.
16. Barba, E., 1994, p. 163.
17. Constantin Stanislavski, *La construcción del personaje, 1929-1930*, Olivier Perrin, Paris, 1966, pp. 299-302. Citado por Odette Aslan: *El actor en el siglo XX*, G.Gilli, Barcelona. 1994 pp. 74-76.

18. Para mayores referencias sobre estos y otros maestros del teatro occidental ver Odette Aslan, obra citada.
19. Barba, Eugenio, *Training: de "aprender a aprender"*. En Barba y Savarese, 1988, p 218.
20. Ver, en el ítem Repatronización, el trabajo que Peggy Hackney, basada en Bartenieff, propone para restablecer conexiones internas y externas
21. Hackney, P., 1998, p. 14.
22. Barba, E., 1994, p. 140.
23. Hackney P., obra citada, p. 15.
24. Idem anterior, p. 42
25. Idem anterior, p. 42.
26. Idem anterior, p. 44.
27. Nancy Allison. 1999, p. 200.
28. B. B. Cohen, 1993, p. 1.
29. Barba, E., N. Savarese, 1988, p. 14.
30. Barba, E., 1994, p. 24.
31. Ver, el ítem Polo Cultural cuando analizamos el concepto de Espacio Transicional, definido por Winnicott.
32. Barba, E., 1994, p. 163.
33. Fortín, Silvie, 1999, p. 44.
34. Fernandes, C., 2002, p. 94.
35. Kestenberg, J., *The role of movement patterns in development*, volume 1, Dance Notation Bureau, Nueva York, 1977.
36. Idem anterior, p. 122.
37. Idem anterior, pp. 41-77.
38. Idem anterior, p. 52.

39. Para analizar en detalle los factores de la categoría Expresividad ver: Fernandes, C., 2002, pp. 94-136. La descripción de las categorías de análisis de este sistema se halla en el Anexo III de este trabajo.
40. Ver: Dell, Cecily, *A primer for movement description*. Ussing effort-shape and supplementary concepts, Nueva York, Dance Notation Bureau, 1977.
41. Idem anterior, p. 14.
42. Idem anterior, pp. 16-17.
43. Fernandes, C., 2002, p. 98.
44. Cohen, B. B., en Nelson, I. y N. Stark Smith, 1984, p. 39.
45. Barba, E. y N. Savarese, 1988.
46. Idem anterior, p. 67. Barba utiliza esta dupla actor/bailarín como forma de superar la dicotomía planteada en las artes escénicas occidentales.
47. Idem anterior, p. 176.
48. Grotowski, J. *Leyes pragmáticas*. En Barba, E., y N. Savarese, 1988, p. 125.
49. Barba, E., 1994, p. 45.
50. Ver: Picard. D., *Del código al dese.*. Buenos Aires, Paidós, 1986, p. 162. Ver también en la Introducción, la descripción de las principales características del Movimiento Corporalista.

el contexto

capítulo 4

Tal como concluíamos en el capítulo anterior, el entrenamiento del actor puede ser abordado como un proceso de reconocimiento de las propias fuerzas vitales. El objetivo de este proceso es que el actor pueda crear en el campo escénico nuevos comportamientos. Pero, para lograrlo, es necesario que reconozca sus conductas sociales, específicamente sus técnicas cotidianas para iniciar la tarea de deconstrucción y reconstrucción de nuevas formas expresivas.

Como observábamos anteriormente, el comportamiento del sujeto está determinado por las particularidades de la cultura a la cual pertenece. Por esta razón, para intentar definir estrategias para el desarrollo de procesos de entrenamiento actoral, será necesario primero analizar las principales características del contexto donde la propuesta se va a implementar. Dentro del campo teatral, una parte importante de ese contexto está constituido por la evolución de las teorías teatrales que a lo largo del siglo XX fueron introducidas en la Argentina.

El entrenamiento del actor en la Argentina

Como en los demás países latinoamericanos, el ingreso de las teorías stanislavskianas en la Argentina contribuyó a sistematizar métodos pedagógicos para la formación y el entrenamiento del actor. Desde mediados de la década del cuarenta, las teorías de Stanislavski ingresaron al país a través de algunos de sus discípulos, provenientes de Europa. La gran mayoría de ellos llegaron exiliados de sus países de origen. Huían de la guerra y de los regímenes totalitarios que gobernaban buena parte del continente europeo. Así como Laban, Bartenieff y otros tantos artistas e investigadores que abandonaron sus tierras para ingresar al nuevo continente, estos teatristas eligieron la Argentina para continuar sus actividades.

Desde el punto de vista teórico, fue la directora Galina Tolmacheva, discípula de Stanislavski en Moscú, quién publicó en Buenos Aires en 1946 un texto en el cual describe y analiza el trabajo de maestros del teatro europeo, dedicando especial atención a Stanislavski. En 1953, Tolmacheva publica un nuevo libro: *Ética y creación del actor*, en el cual profundiza los principales temas

tratados por Stanislavski en un artículo titulado “Ética”, escrito en 1944. El objetivo de Tolmacheva a través de sus textos era “crear un sistema de educación del actor y de organización del teatro basado en principios éticos”.¹

Por otro lado, la austríaca Hedy Crilla, llegada a Buenos Aires en la década del cuarenta, creó en los años sesenta el Centro de Estudios de Arte Dramático, donde aplicó la teoría stanislavskiana en la formación de actores y directores. En 1970, Lee Strasberg realizó un seminario de formación del actor en Buenos Aires, obteniendo un gran éxito de público y de la crítica especializada. En los años ochenta, su esposa Ana realizó talleres sobre el Método de Strasberg para un amplio público.

Como vemos, las teorías stanislavskianas llegaron al país por segunda vía, interpretadas por otros, generalmente discípulos del maestro ruso. Tales interpretaciones se basaban principalmente en la primera etapa de las investigaciones de Stanislavski, que fueron difundidas a través del libro *El trabajo del actor sobre sí mismo*, donde se evidencia una marcada tendencia psicologista. Esta característica, definió un perfil introspectivo en las técnicas aplicadas al entrenamiento del actor, dentro de los sistemas de formación que fueron consolidándose a partir de la década del cincuenta en la Argentina. En esas técnicas, se enfatizaba el trabajo subjetivo e interno, valorizándose más el ejercicio intelectual que la acción corporal. El trabajo con las emociones, las sensaciones, la evocación de sentimientos y la imaginación de situaciones se desarrollaba en el plano de la abstracción, en tanto que el trabajo práctico sobre el cuerpo –como unidad orgánica expresiva– fue relegado a un segundo lugar y careció del estudio y la reflexión a los que fueron sometidas las técnicas de interpretación.

Durante mucho tiempo, el entrenamiento corporal fue una actividad paralela al entrenamiento interpretativo. Aunque se afirmase la necesidad de entrenar físicamente, la mayoría de los profesores de actuación abordaba el plano de la abstracción, entendiéndolo que la acción física “es una consecuencia natural de la vivencia obtenida por introspección”.² La educación corporal de los actores apelaba entonces a las más diversas disciplinas, cuyos orígenes y objetivos muchas veces diferían de los de las técnicas de actuación. Esta separación entre técnicas de actuación y técnicas corporales en el entrenamiento del actor se mantiene hasta hoy, y presenta algunas veces una desarticulación que perjudica el proceso de entrenamiento del actor.

En oposición a esta fuerte tendencia Raúl Serrano, maestro de actores, especialista en el Método de las Acciones Físicas enfatiza que la acción es un elemento generador de emociones y sensaciones. Como afirma Serrano,³ la primera etapa del método stanislavskiano, que se difundió con gran fuerza en el país “deja en la oscuridad todo inicio de técnica constructiva”. Las propuestas de Strasberg, basadas en la primera fase del trabajo de Stanislavski, se desarrollaron con éxito porque, según Serrano, su mayor conquista fue introducir un orden completo y coherente dentro de lo que la mayoría de los maestros de teatro argentino ya sabían sobre Stanislavski y por la gran influencia que la industria del cine estadounidense produjo en los modelos de actuación. Sin embargo, Serrano manifiesta que la metodología creada por Strasberg representa una visión exasperada de Stanislavski, porque ella:

(...) generalizaba la introspección sensorial aceptándola como único motor de la organicidad... No confundo la posición de Strasberg con la primera postura de Stanislavski. Creo que se trata de un desarrollo unilateral, erróneo y exasperado de algunos de sus aspectos.⁴

Para Serrano, si entendemos que en realidad el “primer” y el “segundo” método de Stanislavski constituyen la evolución de un mismo proceso de pensamiento desarrollado durante años, sería lógico intentar conjugar ambas fases dentro de una misma propuesta. Si consideramos, dice Serrano, que la introversión es un caso particular de la conducta física, se podrían utilizar las capacidades motivadoras de la sensorialidad para servir de base a una posterior extroversión activa. Pero el problema es que la introversión exige un relajamiento casi pasivo, mientras que la extroversión demanda siempre una actividad corporal. La extroversión, según Serrano, requiere una especie de inteligencia activa del cuerpo, muy difícil de alcanzar a partir de la introspección.

Es justamente el Método de las Acciones Físicas con su jerarquización y valorización de los comportamientos reales y objetivos propios del actor en la escena, dialécticamente vinculados al psiquismo que generan, el único que permite vislumbrar la solución al problema de la técnica actoral.⁵

Serrano sostiene que las causas del atraso de muchas escuelas teatrales que todavía mantienen eclecticismos “peores que los que desconcertaron al maestro ruso”, se deben fundamentalmente a la carencia de marcos teóricos que fundamenten y apoyen los diversos sistemas de estudio y “a una cierta filosofía irracionalizante que no puede despegar de la pedagogía la concepción mística del

arte”.⁶ Ese atraso en las propuestas pedagógicas manifiesta un desfase entre técnicas de actuación y técnicas del cuerpo.

De esta forma, encontramos en la actualidad una carencia de técnicas que aborden el desarrollo corporal del actor con la misma sistematicidad que hasta el momento han conseguido las técnicas específicas para la interpretación. Paradojalmente “el problema no es la falta de respuestas, sino su exceso”;⁷ todas las propuestas corporalistas ofrecen un cierto grado de utilidad, pero “lo que sucede, y se vuelve enormemente dificultoso, es que necesariamente debe hallarse una síntesis capaz de caber en los programas pedagógicos y que al mismo tiempo evite el eclecticismo tan utilizado en la educación teatral a falta de sistematicidad”.⁸ A tal fin, las técnicas corporales,

(...) deberían proceder como una propedéutica previa a la actuación. Su diferencia no residiría en el hecho de no trabajar sobre estructuras dramáticas, trabajarían además sobre estructuras del propio movimiento: espacio, ritmo, equilibrio, desequilibrio, acción, reacción, tensiones y distensiones.⁹

No es suficiente pensar en técnicas que aborden las necesidades escénicas del actor. Porque, previamente al trabajo de la composición escénica, las técnicas corporales deben posibilitar al actor una tarea de reconocimiento del estado en que se halla al momento de iniciar su proceso de entrenamiento. Por lo tanto, la nueva pedagogía teatral que articule técnicas interpretativas con técnicas corporales –y cuando decimos corporales incluimos la voz– debería formularse considerando, “el estado de los cuerpos tal como se presentan al comienzo de los estudios. ¿Qué puede hacerse con esos cuerpos civilizados y racionalizados, poco habituados al juego y al riesgo físico, así como al compromiso afectivo?”.¹⁰

Tal como afirma Serrano, es necesario entender al trabajo corporal como una propedéutica que reconozca el proceso de “inculturación”¹¹ que cargan los sujetos en el momento de comenzar un proceso de formación del actor. Sus reflexiones, se vinculan, a pesar del propio Serrano (él manifiesta no coincidir con el director italiano en la mayoría de sus apreciaciones), con la propuesta de Barba en cuanto a proponer sistemas de entrenamiento que permitan aprender a aprender. En definitiva, y más allá de las concordancias, lo que ambos buscan, es un actor que se reconozca a sí mismo como el núcleo de su arte. Se trata entonces, de elaborar propuestas metodológicas cuyo objetivo sea estimular y orientar al actor en el desarrollo de un proceso que solo él puede realizar. A tal fin, las

propuestas deberán considerar la forma en que los sujetos inician un proceso de entrenamiento con características tan particulares como el teatral y que dispongan de un cierto período, por lógica inicial, de reconocimiento de las particularidades motrices y expresivas de quienes comienzan a entrenar. Sobre esta base, el actor a través de una orientación metodológica adecuada podrá diseñar sus propias estrategias de entrenamiento orientadas a satisfacer las necesidades específicas de su tarea creativa.

Definición de un contexto real: un ejemplo para la práctica

Para continuar el desarrollo de este estudio, y arribar a una propuesta de entrenamiento actoral, tomaremos como referencia real y a modo de ejemplo, el contexto social y cultural en el que realicé un estudio de campo, atendiendo a sus principales características. La razón por la que incluyo este punto es por considerar que en muchas ciudades del interior del país pueden darse características similares.

Mi actividad profesional y artística se desarrolla en la ciudad de Tandil. Esta ciudad, se ubica dentro de la Provincia de Buenos Aires, distante 380 km de la Capital Federal. Posee características particulares, por un lado la actividad productiva de la región es agroganadera, por el otro Tandil es sede de la Universidad Nacional del Centro de la Provincia de Buenos Aires (UNCPBA), cuya zona de influencia abarca toda la región del centro y sur de la provincia de Buenos Aires. La ciudad presenta una importante actividad cultural, que es incentivada desde dos ámbitos: el municipal y el universitario. En ambos, la presencia de la danza, el teatro, el cine, la plástica y la música es significativa. En los últimos años el trabajo integrado de ambos espacios ha logrado organizar festivales de cine, teatro para público adulto e infantil, teatro de títeres y distintas jornadas de difusión y actualización vinculadas tanto a la producción, como a la gestión del arte.

No obstante, el acontecer cultural de la ciudad de Tandil puede calificarse, según Ricardo Pasolini,¹² historiador local, como un “mundo cultural local”, espacio que alude a los “ámbitos, las prácticas y los mensajes culturales propios de ciudades intermedias como Tandil, en la provincia de Buenos Aires”. Ese mundo cultural local se sitúa, según Pasolini, en la frontera del campo intelectual argentino. Aquí, la idea de frontera se define “por el carácter desigual con que allí son vivenciados los procesos de apropiación de productos culturales, en relación

con el centro del campo intelectual, representado por Buenos Aires como capital cosmopolita”.¹³ Pese a la importante actividad cultural, los productos culturales locales no gozan del mismo reconocimiento y consumo que los productos provenientes de la Capital Federal del país.

Quienes, en esta ciudad, confluyen en la actividad teatral, lo hacen desde diferentes contextos: teatro vocacional, teatro en escuelas, en centros vecinales, etcétera y presentan experiencias diversas. Por lo general se registra, entre los pertenecientes a grupos vocacionales, algún tipo de experiencia somática, aunque realizada en forma asistemática. Es determinante el lugar de procedencia dado que repercute en la calidad y cantidad de experiencias previas, incluyendo la relación con el trabajo corporal y el conocimiento de la actividad teatral. Lo cual si bien no necesariamente influye en la capacidad artística de las personas condiciona su disponibilidad para iniciar un proceso de entrenamiento de este tipo.

Desde la perspectiva de la patronización que venimos estudiando, cuanto menos haya trabajado la persona en técnicas corporales de sensibilización kinestésica y expresiva, mayores son las probabilidades que los patrones se encuentren más cristalizados. Aun cuando exista alguna experiencia previa, la disposición personal para el autoconocimiento y el cambio es una actitud que se desarrolla en el proceso de trabajo y no es común encontrar actores con tal predisposición desde el inicio del entrenamiento.

¿Cuáles conceptos? ¿Qué herramientas?

De acuerdo con lo que hemos estudiado, podemos afirmar que todo proceso de entrenamiento expresivo, debería iniciarse con una fase de autorreconocimiento para introducirse gradualmente en la especificidad de la creación actoral, colaborando en el desarrollo de la creatividad y autonomía del actor.

Entonces, el desafío es: ¿cómo definir propuestas de entrenamiento actoral que consideren las necesidades específicas del actor (técnicas corporales, técnicas vocales, técnicas de actuación); las particularidades de los grupos y las diferentes fases del proceso (atendiendo a su especificidad y al tiempo necesario para indagar en ellas); y puedan, al mismo tiempo, organizarse dentro del tiempo disponible para realizar el trabajo?

Observar el estado de inculturación –como comportamientos culturales apprehendidos e *in-corporados*– de los grupos de aprendizaje, puede ser un buen principio. Determinar cuáles son los patrones, motores, expresivos y emocionales que identifican a un grupo de trabajo, intentando comprender el modo en que inciden en el desarrollo expresivo y motor del actor, puede brindar elementos orientadores para el diseño de un plan de entrenamiento.

En otros términos, la pregunta inicial podría ser: ¿cómo influyen las características grupales, y en consecuencia personales en el entrenamiento del actor? Estas características se organizan en patrones y son la fuente de la movilidad, el pensamiento y la acción de los individuos. Entonces: ¿cómo podemos, por medio de una propuesta metodológica, promover la ampliación de los patrones personales y la creación de otros nuevos?

A tal fin, será necesario proponer un desarrollo gradual y espiralado de las actividades y los conceptos diseñados. En base a lo que hemos estudiado hasta ahora, el estudio del movimiento podría organizarse articulando el encuadre teórico y metodológico que propone la Educación Somática orientado dentro del campo escénico a través de los principios de la Antropología Teatral, y del Método de las Acciones Físicas. De esta forma, estaríamos atendiendo al estudio del movimiento, como aspecto fundamental del comportamiento humano, y a su interrelación con técnicas específicas del comportamiento teatral.

Dentro del campo de la Educación Somática, vamos a elegir, como forma de operativizar el trabajo, al Sistema de Análisis Laban y las cuatro categorías que propone Laban, Cuerpo, Expresividad, Forma y Espacio, que permiten profundizar en aspectos específicos del movimiento. Dentro de la categoría Expresividad, se destacan cuatro factores componentes del movimiento: el peso, la fluidez, el tiempo y la energía, que permiten analizar el movimiento como el resultado de su combinación. Si el sujeto aprende a analizar estos factores y a comprender los modos en que subjetivamente los organiza, para comportarse cotidianamente y relacionarse con su entorno, será posible para él deducir cuáles son las lógicas con que articula sus comportamientos.

Y esto se relaciona directamente con lo que sostiene Barba cuando se refiere al entrenamiento. Él afirma que por medio del entrenamiento el actor puede descubrir las lógicas propias de uso del cuerpo y puede diseñar estrategias para transgredir estas lógicas en procura de objetivos artísticos. De esta forma, los

“principios que retornan” de la Antropología Teatral, vendrían a constituirse en ejes orientadores de la reorganización de los comportamientos en una espacio-temporalidad, ficticia. Sin olvidar, claro está, el proceso previo de sensibilización y reconocimiento; muy por el contrario, construyéndose en base a la toma de conciencia de los comportamientos propios.

Por su parte, el Método de las Acciones Físicas, estaría aportando a esta articulación, los principios técnicos y la concepción de situación y estructura dramática, tal como la define Raúl Serrano, posibilitando la construcción de una espacio-temporalidad ficticia y organizando las relaciones entre los personajes en función del desarrollo de la acción dramática.

El estudio de campo al que vamos a tomar como modelo de aplicación de una propuesta, en el marco del rol que la Universidad debe cumplir como aporte a la realidad profesional, se realizó con los participantes de la cátedra de Expresión Corporal II, de la Facultad de Arte de la UNCPBA, espacio de mi desempeño profesional. En primera instancia, analizaremos los pasos efectuados para la obtención de datos en el estudio de campo. Posteriormente realizaremos un análisis de los datos obtenidos. De la confrontación entre los supuestos teóricos y los datos obtenidos, propondremos una síntesis que se constituya en nuestra propuesta.

Datos que orientan

El grupo seleccionado para ser estudiado se constituyó dentro de las clases de Expresión Corporal II.¹⁴ Al comienzo de ese segundo año, los alumnos traían consigo la experiencia del año anterior, donde habían trabajado con Sensopercepción, técnica que apunta a la estimulación sensorial y perceptiva de los participantes. En ese año previo, fueron introducidos además conceptos centrales de la actuación, como situación dramática, conflicto, objetivos, etcétera.

Se aplicaron tres metodologías diferentes para realizar el estudio. La primera consistió en el registro fotográfico y fílmico de los alumnos al comienzo del año lectivo. En las fotos, fueron registradas dos actitudes diferentes de cada uno: una posición neutra (lo menos expresiva posible) y una posición en actitud de espera. En las filmaciones se registró una improvisación de movimientos donde se dramatizaban momentos importantes de la vida personal. Luego se filmó a cada

alumno explicando lo que quiso hacer en la improvisación. El objetivo de esos registros fue realizar una ficha de observación individual de las principales características del movimiento.

Esa ficha se realizó en base al Análisis de Movimiento Laban, asociando sus cuatro categorías de análisis: Cuerpo, Expresividad, Forma y Espacio en un análisis de la Actitud Corporal de los sujetos observados.¹⁵ Ese método de estudio se articuló con elementos de análisis provenientes del Modelo Conceptual de Comportamiento Motor, definido por Sally Fitt.¹⁶ Este modelo presenta una reelaboración de las teorías de Laban, aportando conceptos importantes para la observación.

En una segunda instancia, se realizó un encuentro especial, fuera del horario estipulado y de la planificación habitual, sobre los Principios de Movimiento de Bartenieff.¹⁷ Se trabajaron particularmente los conceptos y las técnicas que desarrollan la Dinámica Postural, las Organizaciones Corporales, las fases del Desarrollo Neuro-kinesiológico y los ejercicios preparatorios para los Fundamentos Corporales Bartenieff, que se realizan con sonido.¹⁸

Para poder registrar esa experiencia, propuse a los integrantes del grupo que dibujaran su cuerpo, antes y después del trabajo. Como veíamos en el capítulo I, varios autores¹⁹ entienden que a través del dibujo de la propia imagen es posible *fantasmaticar*²⁰ la imagen inconsciente del cuerpo.

Sin interés por hacer un análisis psicológico de los dibujos obtenidos, nuestro objetivo fue descubrir en ellos aquellas zonas que se evidencian como puntos problemáticos en el cuerpo. Es decir donde el sujeto percibe –conscientemente o no– que se localizan tensiones y bloqueos que inciden en su movilidad. Cuando el encuentro finalizó, se solicitó a los participantes que escribiesen una crónica personal de esta experiencia.

El último método empleado, que se realizó un mes después de esta experiencia, consistió en una entrevista autoadministrada. La orientación conceptual se constituyó a través de los ítems estudiados en el primer capítulo de este trabajo. Se consideró oportuno hacer una entrevista de este tipo ya que los sujetos estaban en condiciones de realizar un autoanálisis, teniendo en cuenta la etapa del proceso de entrenamiento en que se encontraban.

Las instancias descriptas podrían resumirse de la siguiente manera:

Método de colecta	Orientación conceptual	Objetivo
Fotos Filmaciones	Análisis de Movimiento Laban; Modelo Conceptual de Comportamiento Motor de Sally Fitt	Registro de hábitos posturales, gestuales y motores.
Clase sobre Fundamentos de Bartenieff	Fundamentos Bartenieff. Conceptos creados por Peggy Hackney, en base a Bartenieff. Fantasmaticación de la imagen corporal, según Dolto, Matoso y Buchbinder.	Registro de la percepción de la imagen corporal propia, antes y después de la clase con los Fundamentos Bartenieff. Imagen fantasmaticada en los dibujos.
Entrevista autoadministrada	Basada en conceptos extraídos del marco teórico, por ejemplo, Imagen Corporal, Fantasmaticación, Autopercepción de la forma, etc.	Registro de la percepción de la propia imagen a través de la escritura y la verbalización.

A medida que iban realizándose esos registros, se emplearon también las actividades trabajadas en las clases para registrar el desempeño de los actores. Por eso, decidimos registrar el comportamiento de los actores en los momentos de caldeamiento, al comienzo de los encuentros, allí los trabajos de fragmentación y ondulación de la columna sirvieron como métodos de colecta, que otorgaron importantes datos.

Resultados obtenidos

De la recolección surgieron datos que de alguna forma tenía previstos, y se sumaron otros que me obligaron a modificar algunas actividades para continuar desarrollándolos y analizándolos. Del primer método de observación, el registro fotográfico y fílmico, observé la existencia de tensiones y corazas localizadas en la

cintura escapular y en la cintura pélvica. Estas dos zonas fueron reconocidas como focos de tensión que aparecían reiteradamente en los distintos sujetos observados. Como resultado del acorazamiento de ambas cinturas, la movilidad de la columna vertebral se encontraba afectada, presentando zonas donde la energía se bloqueaba e impedía el flujo orgánico del movimiento espinal y, por ende, del resto del cuerpo.

En algunos sujetos, fue posible observar una especie de “tabla”, instalada entre los hombros y los glúteos. Esto me planteó la necesidad de indagar en la capacidad que cada sujeto presentaba para ondular la columna. Por tal motivo incluí, al comienzo de los encuentros y como parte del caldeoamiento, el trabajo de ondulación de la columna –desde el coxis hasta el atlas– que permite, por medio de un ejercicio simple, identificar las zonas donde la energía se estanca y se manifiesta a través de un tipo de movilidad que aparece fragmentada.

Las corazas musculares situadas entre la cintura escapular y la cintura pélvica, que constituyen esas “tablas” observadas en el tronco de los sujetos, afectaban notablemente su movilidad. El acorazamiento apresa la energía en las fibras musculares, impide su circulación orgánica y limita el movimiento de la zona afectada, llegando a veces a la inmovilidad total. Como resultado, el sujeto se mueve en bloques, por partes, y la conexión entre las partes parece estar quebrada.

A esa desconexión alude Reich, cuando manifiesta que todas las sensaciones surgidas como estímulo genital en la zona pélvica han sido reprimidas desde la infancia, comenzando por la musculatura pélvica y ascendiendo gradualmente hasta la cabeza. Este proceso de acorazamiento afecta la respiración y la proyección de la voz. El caudal de aire que el organismo está naturalmente dispuesto para administrar se halla restringido, dado que los músculos que participan en la inspiración y expiración han perdido elasticidad y han limitado su capacidad de expandirse y contraerse. Se desarrolla entonces un tipo de respiración superficial, que permite solo la renovación de un pequeño volumen de oxígeno, ya que al comprimirse los músculos abdominales y el diafragma, el movimiento de la respiración queda restringido a la parte alta del tórax.

Esta situación hace que el sujeto presente una rigidez marcada en la parte alta del cuerpo, concentrada en la cintura escapular, los hombros y el cuello. Desde esta zona, donde se halla concentrado un gran caudal de energía, se originan la mayoría de los movimientos. Esta observación coincide con lo manifestado por

Bartenieff acerca del predominio de la parte alta del cuerpo (de la cintura para arriba), en contraste con una falta de desarrollo en la parte baja del cuerpo (de la cintura para abajo), en gran parte de las culturas occidentales. En la expresividad cotidiana y social los brazos y la cabeza ocupan un lugar preponderante, mientras que la zona pélvica y las piernas solo sirven para soportar y movilizar al sujeto.

En cuanto a los bloqueos en la cintura pélvica son diversas las apreciaciones que pueden realizarse. Una de ellas es la relación que nuestra cultura sostiene con esa zona del cuerpo fuertemente vinculada a la genitalidad, recordemos las apreciaciones de Reich al respecto. Estos dos puntos resultaron muy significativos al momento de observar la organización del movimiento en los sujetos. Los focos de tensión identificados allí organizaban un tipo de tensión muscular que retenía la energía e impedía la fluidez del movimiento en el cuerpo. Estas zonas se evidenciaban fragmentadas del resto.

Por otro lado, tanto en el LMA como en el sistema de análisis propuesto por Fitt, se incluyen opciones de observación que solamente califican conductas extremas, por ejemplo: el tiempo del movimiento puede ser rápido o lento. Sin embargo, en nuestras observaciones apreciamos que predominaban en el movimiento las categorías intermedias, por lo tanto fue necesario incluir dentro del análisis conceptos capaces de identificarlas. De hecho la mayoría de los movimientos son hechos dentro de calidades moderadas, leves o medianas, al contrario de las categorías extremas que proponen los métodos de análisis aplicados.

Del segundo método aplicado, los Fundamentos Corporales Bartenieff, se observó, en los ejercicios preparatorios, que la mayoría de los participantes presentaron dificultades para trabajar los sonidos en las partes más bajas del tronco: abdomen y pelvis. Por el contrario, los sonidos emitidos en la parte alta del cuerpo eran bien producidos y registrados por los alumnos. Del diafragma para abajo, las dificultades aparecían y era casi imperceptible la producción de sonidos en esas zonas. Se reconfirma mediante este trabajo la noción de Bartenieff acerca del predominio de la parte superior del cuerpo. También fue posible observar la falta de sensibilidad en la parte baja del tronco, evidenciada en la dificultad para movilizar y percibir dicho sector.

Tal como definíamos antes, según Reich, el sujeto acciona sobre su respiración para reprimir sensaciones de placer y angustia en el abdomen y la

pelvis. Esta represión actúa sobre el diafragma, los músculos abdominales y los músculos del fondo pélvico. A través de los ejercicios propuestos por Bartenieff, fue posible observar cómo, en todos los alumnos, aunque con diferentes grados cada uno, existe un endurecimiento y acortamiento de la musculatura que va desde el diafragma hasta la pelvis. Precisamente, los músculos del fondo pélvico constituyen el objeto central del trabajo en los ejercicios propuestos por Bartenieff. Durante la expiración, el sujeto no puede contraer la musculatura del diafragma y el abdomen, entonces, es posible movilizarla. Por esta razón todos los ejercicios preparatorios de Bartenieff se realizan durante esta fase de la respiración.

Al mismo tiempo, fue posible observar que la mayoría de las vibraciones de los sonidos se percibían al tacto en la zona del cuello y el pecho, pero los participantes no conseguían hacer vibrar, mediante la emisión sonora, la boca y la cabeza. Los sonidos se producían y generaban vibración en un punto específico, las vibraciones ocupaban lugares específicos y fragmentados y quienes las producían no conseguían ampliarlas. Pareciera que sus fibras musculares estuviesen fragmentadas, desconectadas. Una vez más, y dentro del patrón de predominio de la parte superior del cuerpo, se presenta la cintura escapular como el punto más problemático en la cristalización de corazas musculares.

Para percibir la fragmentación y la desconexión que la rigidez de la musculatura genera en el organismo, fue muy útil trabajar con el ejercicio de ondulación de la columna presentado antes. En este caso, se observó cómo la fragmentación producía cortes en el movimiento ondulatorio vertebral, en los sectores donde la musculatura se hallaba rigidizada. La descripción de esta fragmentación puede traducirse literalmente como golpes que genera la columna y su soporte muscular, cuando se la estimula a ondular, y se encuentra con porciones endurecidas, limitadas en su movilidad.

Al comparar los dibujos hechos antes y después de la clase con los Fundamentos Bartenieff, fue posible observar cómo la mayoría de los alumnos, luego de la experiencia, suavizó y definió los límites del cuerpo. En los dibujos posteriores a la experiencia aparecieron zonas que antes no se identificaban, por ejemplo el ombligo, la pelvis, el cuello y los hombros. En los relatos que cada uno realizó de esta clase, la mayoría pudo constatar esas transformaciones en la percepción de sí mismos, reconociéndose más integrados y sensibles.

Del tercer método empleado –las entrevistas autoadministradas– el dato más

importante obtenido, fue la posibilidad de registrar el modo particular en que cada individuo construye su imagen corporal. Lo más interesante al realizar entrevistas personales, para alguien que no pretende hacer un análisis psicológico de las expresiones verbales del entrevistado, es poder colocar esta investigación en su dimensión real. Saber que cada persona construye su corporeidad en base a su propia experiencia afectiva y kinestésica. Que un observador puede elaborar conclusiones aproximadas sobre los aspectos observados, pero que lo que expresa una persona sobre sí misma, supera los aspectos siempre parciales de cualquier observación.

Las propuestas de trabajo podrán abordar uno o varios aspectos de la corporeidad. Pero la corporeidad en su conjunto permanecerá siempre inconclusa para su análisis, porque no es posible estudiarla en su total complejidad, dado que está siempre cambiando y dado también que una buena parte de ella se constituye en experiencias humanas que permanecen en el plano de lo inconsciente. Apropiarse, entonces, del sentido de la corporeidad, solo es una atribución que cada persona puede tomarse consigo mismo. La corporeidad de los otros siempre permanecerá, para el observador, en una alternancia de luces y sombras. Cuanto más busquemos objetivar al cuerpo para su estudio, su condición subjetiva se burlará de los resultados. La totalidad de nuestra existencia siempre jugará con los significados y los descubrimientos, va a construir y deconstruir nuevas formas, va a defender un espacio de indefinición al cual no se puede llegar a partir de una visión unilateral analítica, pues la significación es relacional y se recrea en la interacción entre el mundo interior y el mundo exterior del sujeto.

Sin embargo, esto no significa dejar de investigar. Al contrario, estimula la búsqueda de una metodología que respete la verdadera naturaleza del cuerpo, su condición de contingencia permanente. Como afirma Le Breton, la verdadera liberación del cuerpo va a llegar cuando los sujetos dejen de hablar de él.

Con respecto a la validez de estos resultados y su posibilidad de aplicarlos en otros contextos de similares características, si bien los datos obtenidos responden a un sector de nuestro país, es posible pensar que, debido a la elección aleatoria del grupo estudiado, los mismos pueden reiterarse en otros grupos seleccionados del mismo modo. Esto no supone negar las diferencias culturales de los distintos sectores sociales sino, antes bien, reconocer similitudes en cuanto a tradiciones, al menos en lo que respecta a los usos culturales del cuerpo. Sin embargo, determinar este tipo de resultados a nivel masivo implicaría un estudio de otras características.

Definición de un plan de trabajo

En base a los datos obtenidos, y según el marco teórico estudiado, podemos afirmar que la tríada Relación-Conexión-Cambio resulta apropiada para orientar un proceso de entrenamiento actoral. Si la característica principal de los sujetos y los grupos de trabajo es la desconexión e inclusive el aislamiento de distintos fragmentos del cuerpo, organizado a partir del acorazamiento de distintos grupos musculares, un trabajo de reconexión estaría permitiendo, primero la circulación de la energía y el paulatino desbloqueo de las corazas y, segundo, un redescubrimiento del sujeto de sus posibilidades motrices y expresivas, una vez movilizada la energía estancada.

Es muy importante tener en cuenta que este tipo de trabajo debe ser realizado con cautela y orientando siempre la tarea hacia el lado de la expresividad en el teatro. Al mobilizarse las corazas, como hemos estudiado, se moviliza también la historia personal y, aunque las causas que las provocaron puedan permanecer inconscientes, la energía que comienza a circular puede generar estados de angustia en quien las realiza. Recordemos, que si bien nuestro trabajo puede resultar terapéutico, en el sentido de provocar una mejoría en las personas no es ese nuestro campo de acción. Por tal motivo, quien se disponga a coordinar este tipo de actividades deberá estar muy atento a la evolución del trabajo en cada sujeto, y encuadrar la tarea dentro del trabajo creativo del actor.

A continuación, vamos a definir los principales lineamientos que podría asumir una propuesta de entrenamiento corporal para actores, atendiendo tanto a la estructura temporal dentro de la cual el entrenamiento se lleve a cabo como a las características particulares de un grupo.

Creo que una propuesta de este tipo podría iniciarse con un período de observación de los sujetos implicados en el proceso. Esto supone, para una primera fase, realizar un diagnóstico del grado de relación/conexión entre subjetividad y organicidad que cada persona presenta al inicio del proceso, observando también la relación entre movimiento y otros aspectos del comportamiento (modos de pensar, de hablar, de sentir, etcétera). Considero que algunas de las actividades realizadas en nuestro estudio de campo resultarían pertinentes a tal fin.

Luego de esta primera instancia el coordinador podría, en base a las características observadas, definir estrategias para el desarrollo de un proceso de entrenamiento kinestésico expresivo, atendiendo a las particularidades de su grupo de trabajo.

Para promover la sensibilización perceptiva y analítica de los actores, el coordinador podría organizar el proceso incentivando el reconocimiento de las zonas que presentan dificultades para el entrenamiento expresivo en cada participante. En aquellas zonas donde la energía está bloqueada, su circulación restringe a un área limitada del cuerpo y produce movimientos aislados o desconectados, orgánicamente hablando. Vamos a tomar como ejemplo el caso del grupo estudiado aquí. En este caso hemos determinado que las zonas de mayor desconexión se observan en la cintura escapular y en la cintura pélvica. Luego de la primera etapa de reconocimiento y sensibilización, la tarea se orientaría hacia la creación de nuevas conexiones que posibiliten la expansión de las capacidades kinestésico-expresivas de los futuros actores.

Así, el plan de trabajo podría organizarse adaptándose a la disponibilidad temporal del grupo en cuestión y a sus necesidades particulares. Propongo organizar la tarea en tres etapas que a su vez estarán divididas en dos ejes: el eje somático y el eje teatral. El primer eje abordará el campo de la experiencia somática, donde el sujeto reconoce sus características físicas y psíquicas. El segundo eje se vinculará al campo teatral y a las necesidades específicas de un actor. En este segundo eje, pueden incorporarse conceptos provenientes de la Antropología Teatral, especialmente aquellos que expresan los principios identificados por Barba como “principios que retornan”. Esta incorporación, permitirá introducir principios técnicos para transformar al comportamiento cotidiano en comportamiento extracotidiano, dentro de una espacio-temporalidad diferente, artificial, escénica. El objetivo será comenzar a teatralizar los comportamientos, a dramatizarlos, para profundizar el proceso de autoconocimiento que se origina con la experiencia somática e introducir nuevas formas expresivas. Los principios de la Antropología Teatral no serán excluyentes, se incorporarán también conceptos y principios propios de Stanislavski (especialmente del Método de las Acciones Físicas) y de Grotowski (en particular su trabajo sobre la respiración del actor).

Si tomamos como base, dentro del campo de la Educación Somática, al sistema de Análisis de Movimiento de Laban, podremos incorporar las cuatro

categorías de análisis para desarrollarlas oportunamente. Las categorías Cuerpo, Expresividad, Forma y Espacio, funcionarán como ejes orientadores de la tarea.

Fase a) Aquí el objetivo será iniciar al actor en un proceso de autoconocimiento orientado hacia la reconexión consigo mismo y al cambio de modos de expresión cristalizados.

Eje somático. El desarrollo expresivo, según los elementos propuestos en la categoría Cuerpo del LMA se aplicarán en esta etapa. El trabajo con los Principios de Movimiento y los Fundamentos Corporales de Bartenieff, la Inversión Gesto/Postura y Otros conceptos del Cuerpo,²¹ pueden funcionar como principios orientadores de este eje que podríamos denominar “somático”.

Eje teatral. Aquí la experiencia somática de descubrimiento y reconexión comenzará a funcionar con la incorporación de los elementos de la estructura dramática, tal como son definidos por Stanislavski: conflicto, contexto, acción, sujeto, texto.²² Las actividades de integración entre uno y otro eje podrán realizarse por medio de improvisaciones, para permitir al alumno explorar las formas de comportamiento dentro de una espacio-temporalidad escénica. Es decir, la manera en que los comportamientos cotidianos, reconocidos y en proceso de expansión, pueden desarrollarse en un plano dramático.

Fase b) Aquí el proceso de reconocimiento se orientará hacia la creación de nuevas conexiones entre subjetividad y organicidad y hacia la definición de rutinas de entrenamiento que permitan desarrollar habilidades específicas.

Eje somático. Se incorporarán los elementos estudiados dentro de la categoría Expresividad del LMA. Los factores flujo, espacio, peso y tiempo, estudiados en profundidad y atendiendo sus posibles variantes, introducirán al actor en el descubrimiento de nuevas posibilidades de movimiento y en la creación de nuevos comportamientos. Esos nuevos comportamientos podrán indagarse a través de improvisaciones. Si el grupo se encuentra entrenando para poner en escena una obra, pueden comenzar a improvisarse algunas de las situaciones dramáticas de la misma. Por el contrario, si el grupo está entrenando como parte de su formación pueden aplicarse aquí los principios del Contact-Improvisation,²³ La comunicación consigo mismo y con los otros se incentiva creativamente por medio de este tipo de improvisaciones que permiten ser estructuradas según los elementos de la situación dramática.

Eje teatral. La definición de nuevas formas expresivas se realizará por medio de la incorporación de los “principios que retornan” de la Antropología Teatral. Esto permitirá descubrir nuevas formas de comportamiento, incorporando

principios de uso del cuerpo provenientes de diversas tradiciones teatrales, tales como el uso del equilibrio precario, la oposición de fuerzas, la incoherencia-coherente.²⁴ La definición de rutinas, o secuencias de movimiento, como metodología aplicada en esta instancia, podrá articular la incorporación de esos principios con el desarrollo de Frases o Fraseado Expresivo, propuesto en la categoría Expresividad del LMA.²⁵

Fase c) Aquí el proceso se orientará hacia la composición de comportamientos dramáticos que darán forma a un personaje.

Eje somático. Las dos categorías restantes, Forma y Espacio, del LMA, estructurarán la tarea, permitiendo desarrollar en el plano de la creación escénica los elementos somáticos estudiados en los años anteriores. La categoría Forma propone analizar con quién nos movemos y la categoría Espacio analiza en dónde nos movemos, adaptando de esta manera los comportamientos creados a la relación del actor con la estructura dramática y con los demás actores y al espacio escénico.

Eje teatral. Aquí la asociación de las cuatro categorías estudiadas previamente: Cuerpo, Expresividad, Forma y Espacio, podrá ser abordada atendiendo a la definición de actitudes corporales para la creación de personajes. El LMA, propone una serie de conceptos para el análisis de la Actitud Corporal que pueden orientar esta tarea²⁶ sistematizando la indagación y la creación de nuevos comportamientos orientados a la composición de personajes. Esta indagación estaría sustentada por los principios de la Antropología Teatral, vistos en la segunda fase, para reforzar la condición de extracotidianidad de los comportamientos creados. Nuevamente aquí, las improvisaciones aparecen como la técnica más apropiada para indagar la relación entre creación de comportamientos y elementos de la situación dramática. De esta forma, las actitudes corporales creadas por los actores facilitarán la indagación orgánica de situaciones dramáticas, posibilitando que el actor trabaje en el plano de las formas y de la interioridad del personaje.

Esta es una forma posible de articular el campo de la Educación Somática con la adquisición de habilidades en el campo teatral. Los conceptos y actividades están definidos en general, cabe a cada coordinador profundizar en ellos delineando estrategias metodológicas para abordarlos. Aunque esta no sea la única forma posible, es una propuesta pensada para articular un proceso de autoconocimiento orientado al entrenamiento del actor, atendiendo a sus necesidades específicas.

Una conclusión móvil

Al inicio de este trabajo, definimos como su objetivo principal discutir determinados conceptos relativos al desarrollo y definición de patrones de movimiento para poder abordarlos dentro de un proceso de entrenamiento kinestésico y expresivo para el actor.

Para entender el origen de la patronización de los movimientos, establecimos dos fases o polos responsables por la generación de patrones de movimientos. El primer polo fue denominado Polo Genético. En él, observamos que el movimiento es producido por múltiples conexiones orgánicas, siendo el sistema nervioso el responsable de la ejecución de esos patrones en interacción con el sistema muscular. Vimos también que existe una serie de patrones de tipo perceptivo-motor que son comunes a la especie y que el sujeto desarrollará como parte de su proceso evolutivo dentro del reino animal y de la especie humana. Observamos que los patrones que responden a mandatos genéticos se estimulan y desarrollan en una estrecha vinculación con la experiencia sociocultural del individuo.

De lo analizado, podemos concluir que todos los seres humanos están genéticamente preparados para desarrollar una infinita variedad de patrones kinestésicos, perceptivos y motores, pero es necesario estimular su existencia para que ellos puedan aparecer. De esta forma, las particularidades de la experiencia humana dentro de los primeros años de vida determinarán las características principales de la estructura sensorio-motriz sobre la cual el sujeto basará su vida adulta.

Para estudiar las influencias del contexto en la generación de patrones, analizamos el segundo polo: el Cultural. En él observamos como las relaciones sociales que estructuran los comportamientos individuales desde la infancia, continúan y profundizan algunas características de origen y definen otras, durante los procesos de adaptación y acomodación social. El concepto más importante que definimos en este punto, fue el de “movimiento como cambio constante”. Esto nos permitió comprender que el sujeto permanece durante toda su vida estableciendo relaciones y conexiones consigo mismo y con su contexto. Ser o no consciente de esto establece la diferencia entre poder accionar sobre las propias experiencias y elegir los cambios y los modos posibles de hacerlo, o participar de esos procesos como un espectador de la propia existencia.

El estudio y definición de estos dos polos, nos llevó a pensar en la capacidad

que todo actor debe desarrollar para crear comportamientos dentro de la espacio-temporalidad escénica. De esta forma, definimos la existencia de un tercer polo: el Artístico. Dentro de él, sostuvimos que la tarea del actor es ser consciente del propio proceso de cambio y conexión constantes, donde la existencia está siendo siempre redefinida. Observamos que el entrenamiento del actor tiene que diseñar metodologías que lo orienten en el progreso del autoconocimiento de las lógicas por medio de las cuales él genera, crea, nuevas conexiones sensorio-motrices, nuevos comportamientos. El hecho de reconocer esas lógicas facilitará los caminos de la creación permitiendo la deconstrucción de los comportamientos cotidianos y su reconstrucción, tal como lo sostiene Schechner, en el plano escénico.

Dado que la tarea de reconstrucción del comportamiento instala como referencia principal al comportamiento cotidiano, suponemos que toda propuesta de entrenamiento actoral, además de conocer estrategias conceptuales y metodológicas para llevarlo a cabo, debe conocer las principales características del contexto socio-cultural al cual los actores pertenecen, ya que esas características influyen directamente en las corporeidades.

En el quinto capítulo realizamos el análisis de dos contextos. El primero referido a la formación del actor en la Argentina, a partir del siglo XX, y a los modos en que nuestro país se apropió de las nuevas propuestas. Aunque superficial, esta revisión logró evidenciar la distancia que fue estableciéndose entre las técnicas de actuación y las técnicas de entrenamiento corporal dentro de las propuestas de formación actoral en nuestro país.

El segundo contexto que analizamos fue el de referencia más próxima: el contexto donde se ubicó mi tarea pedagógica y se plantearon los interrogantes que sustentaron el desarrollo de este estudio. En este caso, definimos como “campo cultural local” al espacio periférico –en relación al campo intelectual argentino, cuyo epicentro se ubica en la ciudad de Buenos Aires– donde tienen lugar las actividades teatrales de la región en cuestión.

Una breve reflexión acerca del perfil de los participantes de un proceso de entrenamiento corporal teatral, provenientes de dicha región, nos permitió comprender que la heterogeneidad –en cuanto a experiencia previa, información, interés específico, expectativas, etcétera– es una característica dominante entre los grupos de sujetos. Sin embargo, y atendiendo a nuestro objeto de estudio, realizamos un estudio de campo analizando la corporeidad de un grupo de actores,

gracias al cual fue posible obtener datos para definir ciertos parámetros sobre los cuales organizar una propuesta.

En base a esa experiencia se pudo observar que existen zonas del cuerpo donde el movimiento tiende a rigidizarse, la energía se concentra y se forman bloqueos que retienen la fluidez de la energía orgánica. Esos puntos se ubican en la cintura escapular y la cintura pélvica. Esto nos permitió organizar estrategias para abordar en principio las zonas problemáticas con el objetivo de realizar después un trabajo de sensibilización más orgánico.

Por tal motivo, la propuesta conceptual fue definida siguiendo una articulación teórico-metodológica entre dos campos de estudio: el de la Educación Somática y el de la pedagogía y entrenamiento del actor. El primero, aporta los conceptos, principios y técnicas que permiten llevar a cabo un proceso de autoconocimiento a través del movimiento. Dentro de él, hemos optado por el sistema Laban/Bartenieff porque ofrece los elementos necesarios para trabajar en la reconexión sensorial y motriz del sujeto. El segundo, del cual hemos abordado específicamente al método de las Acciones Físicas de Constantín Stanislavski, y la Antropología Teatral, ofrece la especificidad conceptual y metodológica que nos permite orientar al proceso de autoconocimiento a través del movimiento dentro de las lógicas de la creación teatral, en particular del arte del actor.

Por último, destacamos como idea central de esta investigación a la concepción de movimiento como cambio permanente. El movimiento es el resultado de la actividad vital del ser humano, está en constante construcción. No se trata de un fenómeno separado de la subjetividad, por el contrario, es su resultante. El movimiento es la sumatoria resultante de la interacción de los distintos sistemas orgánicos orientados en un mismo sentido.

Este estado de permanente construcción del movimiento, implica una articulación entre pasado, presente y futuro de la existencia subjetiva. El movimiento no es solo lo que está sucediendo aquí y ahora. Se basa en la historia kinestésica y relacional del individuo y al mismo tiempo construye nuevas relaciones. Por eso, al estudiarlo debemos comprender que toda definición tiende, por principio, a encerrarlo, o mejor aún, a detenerlo dentro de una significación. En realidad, las significaciones también permanecen en un cambio constante. El cambio es el estado natural del movimiento, entendido este último como una red relacional significativa, que disuelve dicotomías prefijadas.

Precisamente para disolver dicotomías es que buscamos la articulación de distintas disciplinas en una misma propuesta. Estudiado como cambio constante, como nexo fluido entre universos, el movimiento ofrece al actor la posibilidad de conocerse y pensarse en un estado creativo constante, donde todo puede suceder y donde las reglas son dictadas por la propia corporeidad. Esta naturaleza del movimiento puede ser el camino para flexibilizar, dinamizar y dejar fluir aquellas partes de la historia personal que se hallan depositadas en puntos traumáticos de la existencia, impidiendo o dificultando la evolución y la expansión de las posibilidades creativas, reflexivas, kinestésicas y comunicativas.

Moverse es cambiar, cambiar es recrearse. La re-creación es el arte del actor.

NOTAS

1. Galina Tolmacheva, citada por Trastoy, Beatriz y Perla Zayas de Lima, *Los lenguajes no verbales en el teatro argentino*, UBA, Buenos Aires, 1997, p. 33.
2. Serrano, R., *Tesis sobre Stanislavski*, Escenologia, México, 1996, p. 106.
3. Idem anterior, p. 90.
4. Idem anterior, p. 109.
5. Idem anterior, p. 113.
6. Idem anterior, p. 114.
7. Raúl Serrano en una entrevista realizada por Débora Astrosky, publicada en la revista *Artefacto* N° 4, 1994.
8. Serrano, R., “Introducción”, en revista *Artefacto*, N° 4, Escuela de Teatro de Buenos Aires, Buenos Aires, 1994, p. 8.
9. Idem anterior, p. 9.
10. Idem anterior, p. 9.
11. Eugenio Barba denomina de esta manera al “comportamiento que cada individuo inadvertidamente aprende en la cultura en la cual ha crecido”. En “Conocimiento tácito: herencia y pérdida”, revista *Funámbulos* N 8, Buenos Aires, marzo 2001, pp. 6-9.
12. Pasolini, R., “La utopía prometeica. Intelectuales en el borde de una modernidad periférica: Juan Antonio Salceda, 1935-1976”, tesis final de licenciatura, Departamento de Historia, Facultad de Ciencias Humanas, Uncpba, Tandil, 1996.
13. Idem anterior, p. 5.
14. Me estoy refiriendo al grupo que cursaba durante el año 2002, momento en que realicé el estudio.
15. Ver Anexo 1. Este cuadro fue extraído de: Fernandes, C., 2002, p. 254.
16. Ver descripción del modelo en el Anexo 3. Modelo extraído de Fitt, Sally, *Dance Kinesiology*, Schirmer Books, Nueva York, 1988, 281.
17. Fernandes, C., 2002, pp. 30 - 93.
18. Ver descripción completa de la clase en el Anexo 2.

19. Ver en el capítulo 1 lo que afirman Dolto, Matoso y Buchbinder, con relación a este tema.
20. Término utilizado por Dolto para definir las formas en que la imagen inconsciente del cuerpo puede ser representada a través de dibujos, palabras, dramatizaciones o cualquier otro sistema de símbolos. Ver en el capítulo 2, en el ítem Percepción, Imagen y Esquema, la definición de “fantasma”, hecha por Dolto.
21. Fernandes, C., 2002, pp. 21-93.
22. Serrano, Raúl, 1996.
23. Novack, C., *Sharing the Dance: Contact Improvisation and American Culture*, WI. University of Wisconsin Press, Madison, 1990.
24. Ver Barba, E., 1994; Barba y Savarese, 1988.
25. Ver Fernandes, C., 2002, p. 136.
26. Idem anterior, p. 254.

BIBLIOGRAFÍA

- Allison, Nancy, CMA, *The Illustrated Enciclopedia of Body Mind Disciplines*, The Rosen Publishing Group, Inc., Nueva York, 1999.
- AA.VV., *Artefacto* N° 4, “Cuerpo y voz en el trabajo del actor”, Escuela de Teatro de Buenos Aires, Buenos Aires, 1994.
- Asslan, Odette, *El actor en el siglo XX*, G.Gilli, Barcelona, 1994, pp. 74-76.
- Barba, Eugenio, *Más allá de las islas flotantes*, Firpo & Dobal, Buenos Aires, 1987.
- La canoa de papel, Catálogos, Buenos Aires, 1994.
- “Conocimiento tácito: herencia y pérdida”, *Funámbulos* N° 8, Buenos Aires, marzo 2001.
- Savarese, Incola, *Anatomía del actor*, Gaceta, México, 1988.
- Brecht, Bertolt, *Escritos sobre teatro*, Nueva Visión, Buenos Aires, 1982.
- Brook, Peter, *Provocaciones. 40 años de exploración en el teatro*, Fausto, Buenos Aires, 1989.
- Cohen, Bonnie Bainbridge, *Sensing, Felling and Action. The Experimental Anatomy of Body-Mind Centering*, Contact Editions, Northampton, 1993.
- Coulon, Alain, “Multirreferencialidade e Implicação”, em *Multirreferencialidade nas ciências e na educação*, Joaquím Gonçalves Barbosa (coord.), UFSCar, São Carlos, 1998.
- Dell, Cecily, *A primer for movement description. Using effort-shape and supplementary concepts*, Dance Notation Bureau, Nueva York, 1977.
- Dolto, Françoise, *La imagen inconsciente del cuerpo*, Paidós, Barcelona, 1994.
- Dowd, Irene, *Taking Roots to Fly*, Contact Collaborations, Nueva York, 1998.
- Feldenkrais, Moshe, *Autoconciencia por el movimiento*, Paidós, Madrid, 1991.
- Fernandes, Ciane, *O corpo em Movimento*, Annablume, São Paulo, 2002.
- *Pina Bausch e o Wuppertal Dança-Teatro: Repetição e Transformação*, Hucitec, San Pablo, 2000.
- Fitt, Rally, *Dance Kinesiology*, Schirmer Books, Nueva York, 1988.
- Friedmann, Elly, *Ensayos sobre Laban, Alexander y Feldenkrais pioneros de la conciencia a través del movimiento*, Cástor y Pólux, Buenos Aires, 1993.
- Fortin, Sylvie, “Educação Somática: Novo Ingrediente da Formação Prática

- em Dança”, Em *Cadernos do GIPE-CIT*, N°2, *Estudos do Corpo*, UFBA, Salvador, 1999. (Traducción Marcia Strazacappa).
- Foucault, Michel, *Vigilar y castigar*, Siglo XXI, Buenos Aires, 2002.
- Gil, Antonio Carlos, *Métodos e Técnicas da Pesquisa Social*, Atlas, São Paulo, 1987.
- Greimer, Cristine, ed. *Cadernos do GIPE-CIT N° 2 Estudos do corpo*, UFBA/Ppgac, Salvador, 1999.
- , ed. *Cadernos do GIPE-CIT N°7 Estudos do corpo II*, UFBA/Ppgac, Salvador, 1999.
- Grotowski, Jerzy, *Teatro laboratorio*, Tusquets, Barcelona, 1970.
- Hackney, Peggy, *Making Connections*, Gordon and Breach, Amsterdam, 1998.
- Kaufmann, Pierre, *Elementos para una enciclopedia del psicoanálisis*, Paidós, Buenos Aires, 1996.
- Kestenberg, Judith, *The Role of Movement Patterns in Development*, vol. 1, Dance Notation Bureau, Nueva York, 1977.
- Laban, Rudolf, *Danza educativa moderna*, Paidós, Buenos Aires, 1978.
- Le Breton, David, *Antropología del cuerpo y modernidad*, Nueva Visión, Buenos Aires, 1995.
- Levin, Esteban, “La estructura sensorio-motriz en la infancia. Escenas y escenarios”, en *Fort-Da (psicoanálisis e infancia)*, N° 2, Octubre 2000, publicación electrónica.
- Lowen, Alexander, *El lenguaje del cuerpo*, Herder, Barcelona, 1988.
- , *La depresión y el cuerpo*, Alianza, Buenos Aires, 1995.
- Mangifera, Claudio, “Grupalidad y espacio creador”, en *Anales del II Congreso Argentino de Psicología y Psicoterapia de Grupo*, Asociación Argentina de Psicología y Psicoterapia de grupo., Buenos Aires, 1991.
- Matoso, Elina, *El cuerpo territorio escénico*, Paidós, Buenos Aires, 1992.
- , *El cuerpo territorio de la imagen*, Letra Viva, Buenos Aires, 2001.
- , Mario, Buchbinder, *Las máscaras de las máscaras*, Letra Viva, Buenos Aires, 1980.
- Mauss, Marcel, *As técnicas corporais*, Sociología e Antropología V II, EPU/Eduso, São Paulo, 1974.
- Menga, Lüdke e André Marli, en *Pesquisa em Educação. Abordagens Qualitativas*, EPU, São Paulo, 1986.

- Nasio, Juan David, ed. *Los más famosos casos de psicosis*, Paidós, Buenos Aires, 2001.
- Nelson, Isa e Nancy Stark Smith, “Perceiving in action”, entrevista a Bonnie Bainbridge Cohen, en *Contact Quarterly*, Spring Summer, 1984.
- Novack, Cinthia, *Sharing the Dance: Contact Improvisation and American Culture*, University of Wisconsin Press, Madison, WI, 1990.
- Pasolini, Ricardo, “La utopía prometeica. Intelectuales en el borde de una modernidad periférica: Juan Antonio Salceda, 1935-1976”, tesis final de licenciatura, Departamento de Historia, Facultad de Ciencias Humanas, Tandil, Uncpba, 1996.
- Pavis, Patrice, *Diccionario de teatro*, Paidós, Buenos Aires, 1983.
- Pérez Cubas, Gabriela, “Antropología teatral y expresión corporal como disciplinas articulables dentro de una propuesta pedagógica para el entrenamiento corporal del actor”, tesis final de licenciatura, EST - Uncpba, Tandil, 1997.
- “Análisis del movimiento Laban. Apuntes para el entrenamiento del actor”, en *La Escalera*, N° 11, Facultad de Arte - Uncpba, Tandil, 2001.
- “Cuerpo dramático, movimiento dramático”, en *El Peldaño*, N° 1/2, Cuaderno de Teatrología, revista del Área Teatral de la carrera de Teatro de la Facultad de Arte - Uncpba, Tandil, 2003.
- “El comportamiento restaurado. Elementos para el análisis y la composición de comportamientos teatrales”, en *El Peldaño*, N° 1/2, Cuaderno de Teatrología, revista del Área Teatral de la carrera de Teatro de la Facultad de Arte de la Uncpba, Tandil, 2003.
- “As representações do corpo nas sociedades atuais e sua relação com o treinamento do ator”, en *Cadernos do GIPE-CIT*, N° 13, “Estudos do corpo”. Universidad Federal de Bahía, Escuela de Teatro, Programa de Pos Graduación en Artes Escénicas, julio de 2005.
- Picard, Dominique, *Del código al deseo*, Paidós, Buenos Aires, 1986.
- Pitoëff, G., “La rítmica y el actor”, en *Cuadernos de Arte Dramático*, N° 10, La Rítmica de Jaques Dalcroze, Fray Mocho, Buenos Aires, 1955.
- Reich, Wilhelm, *La función del orgasmo*, Paidós, Buenos Aires, 1975.
- Serrano, Raúl, *Tesis sobre Stanislavski*, Escenología, México, 1996.
- , ed. revista *Arte Facto*, N° 4, Escuela de Teatro de Buenos Aires, Buenos Aires, 1994.

- Stanislavsky, Constantin, *Manual del actor*, Diana, México, 1984.
- , *La construcción del personaje*, Alianza, Madrid, 1975.
- Vallejo, Américo, Ligia C. Magalhães, *Lacan: operadores da lectura*,
Perspectiva, São Paulo, 1991.
- Winnicott, Donald, *Realidad y juego*, Gedisa, Barcelona, 1971.
- , *El hogar, nuestro punto de partida*, Paidós, Buenos Aires, 1992.

> anexo 1 - los conceptos y los métodos

El marco de referencia conceptual y metodológica que articulé para comprender el problema planteado se orienta dentro del campo de estudio conocido como Educación Somática. En él, son abordados los trabajos de Rudolf Laban y sus discípulos, en particular el Análisis de Movimiento Laban (LMA) “un método sistemático de observación, registro y análisis de los aspectos cualitativos del movimiento corporal”¹ (la descripción de este sistema se agrega en el Anexo 3). Además del LMA, son incluidos estudios posteriores a las teorías de Laban, como el desarrollado por Irmgard Bartenieff, Judith Kestenberg, Bonnie Bainbridge Cohen y Peggy Hackney.

Bajo la óptica holística del comportamiento humano que estas propuestas ofrecen, con el objetivo de estudiar al movimiento tanto en sus dimensiones físicas como psíquicas y situándolo dentro de un contexto socio-cultural determinado, son abordados conceptos provenientes de otras áreas de estudio del comportamiento humano. En este sentido, la aproximación a la Etnoescenología como disciplina que estudia “los comportamientos humanos espectaculares organizados”,² que propone la transdisciplinariedad en procura de sus objetivos, aporta un enfoque epistemológico que permite articular los diferentes aspectos estudiados al campo teatral, y orientar la investigación según las particularidades del contexto cultural al cual ella refiere. Dentro del campo teatral, fue analizada particularmente la línea de estudios que permite relacionar a Stanislavski con Grotowski y Barba.

La opción por una multirreferencialidad de la cual la Etnoescenología da cuenta, ha sido definida por Alain Coulon, en el campo de los estudios sociales como “la combinación de conjuntos profunda e irreductiblemente heterogéneos que permitirán la elaboración de nuevas significaciones”.³ El surgimiento de nuevas significaciones, en este trabajo, surgió como resultado de la articulación de las disciplinas que constituyen el marco epistemológico definido y de la confrontación de este con el contexto cultural donde nuestra práctica pedagógica se realiza.

Para poder elaborar una propuesta conceptual, fueron además colectados datos referentes a los patrones de movimiento de la población estudiantil de la carrera de Teatro de la Facultad de Arte - Uncpba. Sin llegar a constituir una

investigación práctica, esos datos permitieron definir pautas para un estudio sistemático de los patrones de movimiento en un grupo de actores.

Los procedimientos utilizados fueron básicamente las observaciones de clases y otras actividades –ensayos, funciones y actividades extracurriculares– y las entrevistas. Las observaciones fueron hechas en base al Principio de la Dinámica Postural, de Laban/Bartenieff y a los elementos del Análisis de la Actitud Corporal que integra las categorías Cuerpo, Expresividad, Forma y Espacio pertenecientes al Análisis de Movimiento Laban (LMA). Con respecto a las entrevistas, su eje se situó en el estudio del movimiento, teniendo al LMA como cuadro teórico de referencia. Las mismas responden al tipo de entrevista semiestructurada, es decir que plantean un recorrido temático pero que no resultan inflexibles a los contenidos que puedan ir surgiendo durante el encuentro y que aporten datos pertinentes a los objetivos de la misma.

NOTAS

1. Lynn Renee Cohen, citada por C. Fernandes, 2002, 21.
2. Biao, Armando, “Etnocología, uma introdução”, en *Etnocología textos seleccionados*. C. Greiner, A. Biao (orgs.) Annablume, São Paulo, 1988, p. 15.
3. Coulon, A., “Multirreferencialidade e Implicação”, en *Multirreferencialidade nas ciências e na educação*, Joaquim Goncalves Barbosa (coord.), UFSCar, São Carlos, 1998, p. 149.

> **anexo 2 - patrones básicos de desarrollo neurokinesiológico**

El desarrollo motor para el cual el sujeto está genéticamente capacitado puede ser clasificado, según Bonnie Bainbridge Cohen en dieciséis patrones de movimientos primarios que combinan aspectos filogenéticos y ontogenéticos.

Los primeros cuatro patrones responden a un estadio prevertebral y son:

- * Respiración celular: el proceso de expansión y contracción que la respiración provoca en todas y cada una de las células del cuerpo. Este patrón se corresponde con el movimiento de seres monocelulares, y sustenta a todos los demás patrones de movimiento y postura.

- * Radiación central: la relación y el movimiento de todas las partes del cuerpo a través del centro (ombligo).

- * Movimiento bucal: movimiento corporal iniciado en la boca.

- * Movimiento preespinal: movimientos secuenciados de la espina iniciados en la interfase entre la espina dorsal y el tracto digestivo.

Los doce patrones restantes responden a un estadio vertebral del desarrollo y están basados en:

- * Movimiento espinal: sobre la base de los anteriores comienza a diferenciarse la cabeza de la cola o cóccix. La movilidad entre estas dos extremidades empieza a diferenciarse estableciendo una conexión entre ellas: la espina dorsal.

- * Movimiento homólogo: resulta de la diferencia entre cola y cabeza y divide la parte de arriba y la parte de abajo del cuerpo, separadas por la cintura, que comienzan a moverse en forma independiente.

- * Movimiento homolateral: divide la parte derecha y la parte izquierda del cuerpo.

- * Movimiento contralateral: establece la conexión entre lados cruzados del cuerpo, superior derecho inferior izquierdo, superior izquierdo inferior derecho; un ejemplo de este estadio es el gateo del bebé, es decir el paso previo a pararse y caminar.

Dentro de cada fase hay un patrón de empujar y otros de pugar y estirar. Los patrones de empujar se desarrollan después de los de pugar y estirar.

La irradiación central es un patrón circular, radialmente simétrico, como en un pez. La cabeza no es más importante que las otras cinco extremidades, con el

control central del cuerpo. Le siguen los patrones de pujar y estirar (la cabeza puja y estira). Los patrones de empujar establecen la kinesfera personal,¹ y usualmente se desarrollan en los primeros seis meses de vida).

La secuencia se repite más adelante de la cabeza a los miembros (cuando el bebé se para) y en los patrones subsiguientes hacia diferentes direcciones

Los patrones de empujar requieren más atención interna y sus calidades son pesadas y a tierra. Los patrones de tirar y estirar tienen una atención externa y traen una calidad de liviandad al movimiento. Estos patrones se relacionan con el quiebre de la kinesfera expandiendo el espacio personal. Si no existe un alineamiento entre empujar y estirar y tirar, uno se puede mover a través del espacio pero pierde la integración o alineamiento del acto perceptivo-motor.

NOTAS

1. Según Ciane Fernandes, el término “kinesfera” alude al espacio físico tridimensional alrededor del cuerpo, alcanzable al extenderse sin que sea necesario transferir su peso. En *The Language of Movement - A Guidebook to Choreutics*, Rudolf Laban presenta el concepto de la siguiente manera: “La kinesfera es la esfera alrededor del cuerpo cuya periferia puede ser alcanzada a través de los miembros fácilmente extendidos sin dar un paso más allá del punto de soporte... Somos capaces de diseñar el límite de una esfera imaginaria con nuestros pies tanto como con nuestras manos... Cuando nos movemos hacia fuera de los límites de nuestra kinesfera original, creamos una nueva base de apoyo... Nosotros, es claro, nunca dejamos nuestra esfera de movimiento, la cargamos con nosotros, como un aura... El cuerpo tiene una esfera de espacio a su alrededor en la cual se mueve. Cada persona posee su propia esfera que está relacionada solo con ella... Esto se denomina kinesfera”. Esta definición especifica el espacio personal, que varía al relacionarse con otros seres vivos y con el medio ambiente, en condiciones físicas, sociales, culturales, etcétera. (En C. Fernandes, 2002, p. 164).

> **anexo 3 - análisis de movimiento Laban**

Rudolf Laban fue uno de los precursores en el estudio del movimiento humano que ejerció una fuerte influencia sobre la corriente corporalista europea de comienzos del siglo XX. Esta corriente propuso una mirada integradora del hombre, en oposición a la dualidad mente-cuerpo. Él comprendía y estudiaba al comportamiento como el producto de la relación dialéctica entre el hombre y su entorno.¹ La teoría de Laban para el análisis del movimiento, fue tomada por profesionales de diversas áreas: artística, terapéutica, gimnástica, etcétera, como metodología básica para la definición de una propuesta integral y flexible para el abordaje del cuerpo. Actualmente existen diferentes reelaboraciones de su propuesta que se adaptan a los requerimientos propios de las áreas en que se aplica. El teatro también se nutre de la propuesta de Laban. Específicamente se lo ha utilizado en la formación y entrenamiento de actores aplicando fielmente la metodología original.

Laban, sistematizó una metodología para el análisis del movimiento, estudiando las causas que lo generan y las formas que el movimiento adquiere para poder expresarlas. En su propuesta, define los elementos componentes del movimiento (tiempo, espacio y energía) y estudia su funcionamiento en diferentes situaciones. De esta manera ofrece un instrumento de análisis que si bien ha sido bastante aplicado en la danza, el sistema permite ser aplicado en cualquier ámbito que se desempeñe el hombre. La metodología propuesta ofrece la posibilidad de indagar tanto en el aspecto formal del movimiento, proyectado en un espacio escénico por ejemplo, como en el aspecto emocional que conecta al sujeto con las formas en que se mueve y expresa.

La importancia de articular un método de análisis del movimiento dentro del proceso de entrenamiento expresivo del actor reside en la actitud analítica que el propio ejecutante –en nuestro caso el actor– puede desarrollar sobre sus posibilidades de movimiento y le permitirá descubrir la gran variedad de formas expresivas que es capaz de generar, reconociendo a la vez el contenido emocional de cada una de estas. Y dado que cada actor interpreta a partir de su propio universo, la aplicación de un mismo método generará en cada sujeto formas originales de expresión.

El Análisis de Movimiento Laban, enriquecido posteriormente con los

aportes de Irmgard Bartenieff, discípula del primero, que aplicó y profundizó el sistema original² se organiza en cuatro categorías:

* La categoría Cuerpo, es decir “lo que se mueve”, estudia la respiración, el soporte muscular interno, la dinámica postural, las organizaciones corporales, las conexiones óseas, la utilización y transferencia del peso en la locomoción, la iniciación y el secuenciamiento del movimiento, las posibilidades de rotación y tridimensionalidad del movimiento y la relación entre postura y gesto.

* La categoría Forma, o “con quién” nos movemos, estudia los cambios en el volumen corporal en relación consigo mismo y con el entorno, define tres formas básicas que el cuerpo puede asumir en el movimiento (Forma Fluida, Forma Direccional y Forma Tridimensional).

* La categoría Expresividad, o “cómo” nos movemos, estudia las cualidades dinámicas del movimiento, que expresan la actitud interna del sujeto. Se establecen cuatro factores que constituyen al movimiento en el plano de la expresividad: flujo, espacio, peso y tiempo. Estos cuatro factores actúan interrelacionados en el movimiento. Cada uno de ellos presenta dos polaridades:

-La polaridad condensada: flujo contenido, espacio directo, peso fuerte, tiempo acelerado.

-La polaridad indulgente: flujo libre, espacio indirecto, peso leve, tiempo desacelerado.

De la combinación de estas variables surgen las cualidades básicas del movimiento, que suman un total de ocho y se conocen como flotar, golpear, presionar, tocar, retorcer, fluir, latigar y vibrar. La distinción que Laban hace del tiempo es muy útil dado que nos ayuda a diferenciar el tiempo propio del movimiento –que puede ser lento, por ejemplo– del ritmo de la acción dramática. El tiempo sería la duración del movimiento, en tanto que el ritmo sería su pulsación en el tiempo de la situación dramática. La organización de las cualidades de movimiento en una secuencia es estudiada como una “frase expresiva”, abordando la posibilidad de organizar fraseados expresivos de movimiento, acordes a las situaciones vivenciadas.

* La categoría Espacio, o “dónde” nos movemos, estudia las relaciones entre el sujeto y el espacio en el cual se desplaza. Estudia el cuerpo y su

cinestesia dentro de diferentes figuras y planos. Se destaca la valorización del movimiento tridimensional que agrega profundidad al movimiento en el espacio escénico.

Luego de una primera instancia de análisis particular de estas cuatro categorías, el sistema Laban propone la articulación de las mismas en métodos de análisis más complejos que posibilitan la composición de secuencias de movimiento resultantes de la asociación de los cuatro planos de análisis. De estas asociaciones surgen los términos “Coréutica”, que estudia las afinidades y desafinidades que pueden surgir de la combinación y pueden ser observadas en el movimiento; “Actitud Corporal”, entendida como el conjunto de características posturales mantenidas o recurrentes en un sujeto resultantes de una particular combinación de las cuatro categorías; “Mapeamiento Corporal”, que permite realizar un mapeo de la corporalidad propia o de un personaje.

NOTAS

1. Para más datos sobre esta corriente, también conocida como “Movimiento corporalista”, ver Dominique Picard: *Del código al deseo*, Paidós, Buenos Aires, 1986.
2. En el Anexo 4, se analizan los aportes de Bartenieff a este sistema.

> **anexo 4 - clase sobre los principios de movimiento y los fundamentos corporales Bartenieff¹**

1- Caminata por el espacio, haciendo consciente la respiración.

En parejas, trabajar las Conexiones óseas y el Alineamiento dinámico. Un compañero facilita la tarea, marcando en el cuerpo del otro las conexiones y los vectores.

Conexiones óseas: líneas imaginarias entre diferentes marcos óseos, conectando áreas del cuerpo. Simultáneamente concediendo soporte y facilitando el movimiento del cuerpo en el espacio.

Las conexiones identificadas por Bartenieff son:

- cabeza-cola;
- isquiones-talones;
- escápulas-cabeza;
- cola-talones;
- Ritmo (juego constante entre los huesos en estas articulaciones) pélvico femoral;
- Ritmo escápulo-humeral.

Alineamiento dinámico: imaginar vectores que direccionan la cabeza para arriba a partir de la nuca; la cola para abajo; que alejan las escápulas para los lados; y abren la articulación escápulo humeral para los lados mientras que los brazos caen sin tensión, colgando de esa articulación; las crestas ilíacas y los isquiones suben y las piernas caen colgadas hasta los talones, el dedo pulgar y el meñique de cada pie. Respiración profunda.

2- Principios de Movimiento. Desarrollo neurokinesiológico.

a)Respiración Celular. Trabajo individual. Acostado, brazos y piernas abiertos en X. Al inspirar llenar todo el cuerpo, al expirar vaciar todo el cuerpo.

b)Irradiación Central. A través del centro del ombligo, irradiar la respiración para las seis extremidades: cabeza-cola, miembros inferiores y superiores. En la expiración volver al ombligo.

c)Espinal. Generar movimiento desde las dos extremidades de la columna: cabeza y cola: ondular, serpentear.

d) Homólogo. Trabajar movimientos alternando parte superior, parte inferior del cuerpo. Puede trabajarse acostado boca abajo. Subir el pecho con los brazos dejando pelvis y piernas en el piso. Después fijar la parte superior y movilizar la parte inferior.

e) Homolateral. Diferenciar lado derecho y lado izquierdo en movimientos homolaterales. Contraer uno de los lados extendiendo el otro.

f) Contralateral. Asociar lado derecho superior con inferior izquierdo, lado izquierdo superior con inferior derecho. Gatear alternando esos lados.

3. Fundamentos Corporales Bartenieff/ Ejercicios preparatorios:

3.1 Respiración con sonorización.

En parejas, uno acciona, el otro ayuda.

Posición básica: acostado boca arriba, rodillas semiflexionadas, nuca alargada, brazos al costado del cuerpo, palmas para abajo, pies alineados con los isquiones, distancia óptima del muslo (ángulo aproximado de flexión 60°).

Preparación: Inspiración abdominal. Respiración celular.

Al expirar producir el sonido de una vocal por vez, vibrando distintas regiones del cuerpo:

I, vibra en la cabeza (ojos, oídos, cara, boca, nariz, mucosas, etc.);

E, vibra en el cuello (faringe, laringe, cuerdas vocales, tiroides, nuca, etc.);

A, vibra en el tórax (caja torácica, pulmones, corazón, intercostales, columna torácica, etc.);

O, vibra en el centro del torso (diafragma, estómago, páncreas, bazo, hígado, etc.);

U, vibra en el abdomen (aparato urinario y reproductor, intestinos, músculos profundos del muslo).

Producir una secuencia: i-e-a-o-u y viceversa.

No se busca proyectar la voz, sino conectarse con la vibración y el llenado de los espacios internos del cuerpo.

3.2 Vibración homóloga con sonido

Posición inicial. Inspiración abdominal.

Con brazos en el suelo, levantar las piernas, vibrarlas, expirando emitir sonido A.

Bajar las piernas sin sacudirlas en el suelo, inspirar y volver a flexionarlas.

Levantar los brazos, vibrarlos, expirar, emitir A.

Al final de la expiración bajar los brazos.

Levantar brazos y piernas, vibrarlos, expirar, emitir A.
Bajar brazos y piernas.

3.3 Irradiación central

Abrir en X, cerrar en una bolita de un lado, volver a X, cerrar en bolita del otro lado.

3.4 Elongación

Eje Vertical: emitir ah
Eje Horizontal: emitir ih
Eje Sagital: emitir uh.

4. En parejas –uno observa, otro realiza– improvisación de movimientos según la técnica del Movimiento Genuino.²

NOTAS

1. Para profundizar en estos principios ver: Irmgard Bartenieff, *Coping with the Environment.*, Gordon & Breach, 1993; Bonnie Bainbridge Cohen, *Sensing, feeling and action - The Experimental Anatomy of Body-Mind Centering.* Contact Editions, 1993; Ciane Fernandes: *O Corpo em Movimento*, Annablume, São Paulo, 2002.

2. Esta técnica propone trabajar siguiendo los impulsos del cuerpo, a veces imprevisibles y extraños para el propio realizador.

> **anexo 5 - tablas, fichas de análisis y modelo de entrevista**

Tabla N° 1. Análisis de la Actitud Corporal según el LMA

Nombre:

Edad:

Apertura de base	Normal	
	Estrecha	
	Amplia	
Rotación de las piernas	Normal	
	Interna	
	Externa	
Rodillas	Relajadas	
	Flexionadas	
	Estiradas	
Torso	Cóncavo	
	Convexo	
	Mixto	
Énfasis espacial	Erecto neutro	
		Para arriba
	Énfasis vertical	Para abajo
		Ambos simul.
		Amplio p/lados
		Estrecho p/centro
		Amplio p/izq.
	Énfasis horizontal	Amplio p/der.
		Estrecho izq-cen.
		Estrecho der-cen.
		Estrecho mixto
		P/frente desde cen.
	Énfasis sagital	P/atrás desde cen.
		Mixto
		Énfasis diagonal
Énfasis expresivo		Tiempo
	Calid. Principal	Espacio
		Peso
		Fluidez
Otros	Influencias del contexto	

Tabla N° 2. Observación e identificación de Patrones de Movimiento Característicos.

Según el Modelo Conceptual de Comportamiento Motor, propuesto por Sally Fitt.

Componente	Factores cuantitativos	Factores cualitativos
Tiempo	Lento Medio Rápido	Ritmo: regular o irregular Paso: acelerado, desacelerado o estable (Usado para espacio personal y total)
Espacio personal	Pequeño Medio Grande	Dirección: adelante, atrás, de lado, diagonal, cruzando la línea media, p/arriba, p/bajo, p/dentro, p/afuera
Espacio total	Pequeño Medio Grande	Trayecto: curvo o recto Forma corporal curva o recta
Fuerza*	Fuerte Media Débil	Foco corporal: intenso o difuso
		Administración del peso resistente o indulgente (pasivo o controlado)

* En el análisis del comportamiento motor, la categoría Fuerza no significa poder o potencia. La valoración de la fuerza refleja la relación entre la cantidad de fuerza usada y el mínimo de fuerza necesario para cumplir esa tarea.

Análisis de la relación entre movimiento y otros modos de comportamiento

- Imagen corporal
- Autoconcepto
- Percepción figura-fondo
- Patrones de procesamiento de la información: dominancia hemisférica (derecha/izquierda del cerebro), inductivo o deductivo.
- Patrones de expresión: derecho/indirecto, dinámico/pasivo.
- Patrones de interacción: introversión/extroversión, dominante, sumiso, rígido flexible.

Análisis de patrones de movimiento y su relación con patrones de expresión

- Hábitos posturales
- Hábitos gestuales
- Patrones de uso espacial
- Expresiones del rostro características
- Escritura y dibujos
- Patrones de tensión

Entrevista autoadministrada

Principales tendencias del movimiento expresivo

- ¿Podría describir cómo percibe su imagen corporal?
- ¿Cómo se siente corporalmente? ¿Cambiaría algo?
- Si fuese necesario, ¿qué haría para cambiar?
- ¿Cuando trabaja en las clases, percibe alguna tendencia a repetir determinado tipo de movimientos? Si fuese así, ¿podría describir cómo son esos movimientos que se repiten? (piense en calidades de movimientos, utilización del espacio, particularidades expresivas).
- ¿Si existen esas tendencias, acrecientan sus posibilidades expresivas o a veces las limitan?
- ¿Qué cree que puede hacer para expandir sus posibilidades expresivas?

> índice

> Prólogo	pág. 9
Primer paso: ¿qué indagar?	pág. 11
> Capítulo I. Los orígenes, las causas, los modos	pág. 17
El Movimiento Corporalista	pág. 19
Lo visible y lo perceptible.....	pág. 21
Los patrones de movimiento	pág. 23
El Polo Genético	pág. 23
El desarrollo perceptivo motor	pág. 24
Percepción, Imagen y Esquema	pág. 26
Crecer a los saltos.....	pág. 30
> Capítulo II. El sujeto encarnado	pág. 37
El Polo Cultural.....	pág. 39
Las máscaras sociales	pág. 41
Patrones neurológicos básicos.....	pág. 44
La maldición de Narciso: el sujeto perdido en su imagen.....	pág. 46
Cuerpos con sombra	pág. 50
<i>Soma</i> -tización	pág. 51
Conceptos fundamentales	pág. 53
> Capítulo III. El Movimiento Dramático	pág. 61
Las patrones de relaciones/conexiones y el cuerpo del actor	pág. 63
El Polo Dramático	pág. 64
La restauración del comportamiento	pág. 64
Entrenamiento	pág. 66
La práctica del entrenamiento	pág. 70
Reorganización global o segunda colonización	pág. 72
Un entrenamiento “somático-teatral”	pág. 74
Preexpresividad	pág. 76
Energía	pág. 79
Algunas observaciones	pág. 83
> Capítulo IV. El contexto	pág. 89
El entrenamiento del actor en la Argentina	pág. 91
Definición de un contexto real: un ejemplo para la práctica	pág. 95
¿Cuáles conceptos? ¿Qué herramientas?	pág. 96
Datos que orientan	pág. 98
Resultados obtenidos	pág. 100
Definición de un plan de trabajo	pág. 105
Una conclusión móvil	pág. 109
> Bibliografía	pág. 115

> Anexo 1. Los conceptos y los métodos	pág. 119
> Anexo 2. Patrones básicos de desarrollo neurokinesiológico	pág. 121
> Anexo 3. Análisis de Movimiento Laban	pág. 123
> Anexo 4. Clase sobre los Principios de Movimiento y Fundamentos Corporales Bartenieff	pág. 127
> Anexo 5. Tablas, fichas de análisis y modelo de entrevista.....	pág. 131

- narradores y dramaturgos
Juan José Saer, Mauricio Kartun
Ricardo Piglia, Ricardo Monti
Andrés Rivera, Roberto Cossa

En coedición con la Universidad
Nacional del Litoral
- el teatro, ¡qué pasión!
de Pedro Asquini
Prólogo: Eduardo Pavlovsky

En coedición con la Universidad
Nacional del Litoral
- obras breves
Incluye textos de Viviana Holz, Beatriz
Mosquera, Eduardo Rivetto, Ariel Barchilón,
Lauro Campos, Carlos Carrique, Santiago
Serrano, Mario Costello, Patricia Suárez,
Susana Torres Molina, Jorge Rafael Otegui y
Ricardo Thierry Calderón de la Barca
- de escénicas y partidas
de Alejandro Finzi
Prólogo del autor
- teatro (3 tomos)
Obras completas de Alberto Adellach

Prólogos: Esteban Creste (Tomo I), Rubens
Correa (Tomo II) y Elio Gallipoli (Tomo III)
- las piedras jugosas
Aproximación al teatro de Paco Giménez
de José Luis Valenzuela
Prólogos: Jorge Dubatti y
Cipriano Argüello Pitt
- siete autores (la nueva generación)
Prólogo: María de los Ángeles González
Incluye obras de Maximiliano de la Puente,
Alberto Rojas Apel, María Laura Fernández,
Andrés Binetti, Agustín Martínez, Leonel
Giacometto y Santiago Governori
- dramaturgia y escuela 1
Prólogo: Graciela González de Díaz Araujo
Antóloga: Gabriela Lerga
Pedagogas: Gabriela Lerga y Ester Trozzo
- dramaturgia y escuela 2
Prólogo: Jorge Ricci y Mabel Manzotti
Textos de Ester Trozzo, Sandra Vigianni,
Luis Sampredo
- didáctica del teatro 1
Coordinación: Ester Trozzo, Luis Sampredo
Colaboración: Sara Torres
Prólogo: Olga Medaura
- didáctica del teatro 2
Prólogo: Alejandra Boero
- teatro del actor II
de Norman Briski
Prólogo: Eduardo Pavlovsky
- dramaturgia en banda
Coordinación pedagógica: Mauricio Kartun
Prólogo: Pablo Bontá
Incluye textos de Hernán Costa, Mariano
Pensotti, Hernando Tejedor, Pablo Novak,
José Montero, Ariel Barchilón, Matías
Feldman y Fernanda García Lao
- personalidades, personajes y temas
del teatro argentino (2 tomos)
de Luis Ordaz
Prólogo: Jorge Dubatti y Ernesto Schoo
(Tomo I) - José María Paolantonio (Tomo II)
- manual de juegos y ejercicios teatrales
de Jorge Holovatuck y Débora Astrosky
Segunda edición, corregida y actualizada
Prólogo: Raúl Serrano
- antología breve del teatro para títeres
de Rafael Curci
Prólogo: Nora Lía Sormani
- teatro para jóvenes
de Patricia Zangaro
- antología teatral para niños
y adolescentes
Prólogo: Juan Garff
Incluye textos de Hugo Álvarez, María Inés
Falconi, Los Susodichos, Hugo Midón,
M. Rosa Pfeiffer, Lidia Grosso, Héctor Presa,
Silvina Reinaudi y Luis Tenewicki

- nueva dramaturgia latinoamericana
Prólogo: Carlos Pacheco
Incluye textos de Luis Cano (Argentina), Gonzalo Marull (Argentina), Marcos Damaceno (Brasil), Lucila de la Maza (Chile), Victor Viviescas (Colombia), Amado del Pino (Cuba), Ángel Norzagaray (México), Jaime Nieto (Perú) y Sergio Blanco (Uruguay)
- teatro/6
Obras ganadoras del 6º Concurso Nacional de Obras de Teatro
Incluye obras de Karina Androvich, Patricia Suárez, Luisa Peluffo, Lucía Laragione, Julio Molina y Marcelo Pitrola.
- becas de creación
Incluye textos de Mauricio Kartun, Luis Cano y Jorge Accame.
- historia de la actividad teatral en la provincia de corrientes de Marcelo Daniel Fernández
Prólogo: Ángel Quintela
- la luz en el teatro manual de iluminación de Eli Sirlin
Prólogo de la autora
- diccionario de autores teatrales argentinos 1950-2000 (2 tomos) de Perla Zayas de Lima
- laboratorio de producción teatral 1
Técnicas de gestión y producción aplicadas a proyectos alternativos de Gustavo Schraier
Prólogo: Alejandro Tantanián
- hacia un teatro esencial
Dramaturgia de Carlos María Alsina
Prólogo: Rosa Ávila
- teatro ausente
Cuatro obras de Aristides Vargas
Prólogo: Elena Francés Herrero
- el teatro con recetas de María Rosa Finchelmann
Prólogo: Mabel Brizuela
Presentación: Jorge Arán
- teatro de identidad popular
En los géneros sainete rural, circo criollo y radioteatro argentino de Manuel Maccarini
- caja de resonancia y búsqueda de la propia escritura
Textos teatrales de Rafael Monti
- teatro, títeres y pantomima de Sarah Bianchi
Prólogo: Ruth Mehl
- por una crítica deseante de quién/para quién/qué/cómo de Federico Irazábal
Prólogo del autor
- antología de obras de teatro argentino -desde sus orígenes a la actualidad- tomo I (1800-1814)
Sainetes urbanos y gauchescos
Selección y Prólogo: Beatriz Seibel
Presentación: Raúl Brambilla
- teatro/7
Obras ganadoras del 7º Concurso Nacional de Obras de Teatro
Incluye obras de Agustina Muñoz, Luis Cano, Silvina López Medín, Agustina Gatto, Horacio Roca y Roxana Aramburú
- la carnicería argentina
Incluye textos de Carolina Balbi, Mariana Chaud, Ariel Farace, Laura Fernández, Santiago Governori, Julio Molina y Susana Villalba
- saulo benavente, ensayo biográfico de Cora Roca
Prólogo: Carlos Gorostiza
- del teatro de humor al grotesco
Obras de Carlos Pais
Prólogo: Roberto Cossa
- teatro/9
Obras ganadoras del 9º Concurso Nacional de Obras de Teatro
Incluye textos de Patricia Suárez y M. Rosa Pfeiffer, Agustina Gatto, Joaquín Bonet, Christian Godoy, Andrés Rapoport y Amalia Montaña

- antología de obras de teatro argentino -desde sus orígenes a la actualidad- tomo II (1814-1824)
Obras de la Independencia
Selección y Prólogo: Beatriz Seibel
- nueva dramaturgia argentina
Incluye textos de Gonzalo Marull, Ariel Dávila (Córdoba), Sacha Barrera Oro (Mendoza), Juan Carlos Carta, Ariel Sampaolesi (San Juan), Martín Giner, Guillermo Santillán (Tucumán), Leonel Giacometto, Diego Ferrero (Santa Fe) y Daniel Sasovsky (Chaco)
- antología de obras de teatro argentino -desde sus orígenes a la actualidad- tomo III (1839-1842)
Obras de la Confederación y emigrados
Selección y Prólogo: Beatriz Seibel
- dos escritoras y un mandato
de Susana Tampieri y María Elvira Maure de Segovia
Prólogo: Beatriz Salas
- 40 años de teatro salteño (1936-1976). Antología
Selección y estudios críticos:
Marcela Beatriz Sosa y Graciela Balestrino
- las múltiples caras del actor
de Cristina Moreira
Palabras de bienvenida: Ricardo Monti
Presentación: Alejandro Cruz
Testimonio: Claudio Gallardou
- la valija
de Julio Mauricio
Coedición con Argentores
Prólogo: Lucía Laragione y Rafael Bruza
- el gran deschave
de Armando Chulak y Sergio De Cecco
Coedición con Argentores
Prólogo: Lucía Laragione y Rafael Bruza
- una libra de carne
de Agustín Cuzzani
Coedición con Argentores
Prólogo: Lucía Laragione y Rafael Bruza
- antología de obras de teatro argentino -desde sus orígenes a la actualidad- tomo IV (1860-1877)
Obras de la Organización Nacional
Selección y Prólogo: Beatriz Seibel
- referentes y fundamentos.
hacia una didáctica del teatro con adultos I
de Luis Sampredo
- una de culpas
de Oscar Lesa
Coedición con Argentores
- desesperando
de Juan Carlos Moisés
Coedición con Argentores
- almas fatales, melodrama patrio
de Juan Hessel
Coedición con Argentores
- antología de obras de teatro argentino -desde sus orígenes a la actualidad- tomo V (1885-1899)
Obras de la Nación Moderna
Selección y Prólogo: Beatriz Seibel
- técnica vocal del actor
Guía práctica de ejercicios -parte 1-
de Carlos Demartino
- el teatro, el cuerpo y el ritual
de María del Carmen Sanchez
- tincunacu. teatralidad y celebración popular en el noroeste argentino
de Cecilia Hopkins
- teatro/10
Obras ganadoras del 10º Concurso Nacional de Obras de Teatro
Incluye textos de Mariano Cossa y Gabriel Pasquini, Enrique Papatino, Lauro Campos, Sebastián Pons, Gustavo Monteros, Erika Halvorsen y Andrés Rapoport.
- la risa de las piedras
de José Luis Valenzuela
Prólogo: Guillermo Heras

- concurso nacional de ensayos teatrales alfredo de la guardia
Textos de: María Natacha Koss, Gabriel Fernández Chapo y Alicia Aisemberg
- rebeldes exquisitos
Conversaciones con Alberto Ure, Griselda Gambaro y Cristina Banegas
de José Tcherkaski
- ponete el antifaz
(escritos, dichos y entrevistas)
de Alberto Ure
Compilación: Cristina Banegas
- antología de teatro latinoamericano - 1950-2007
De Lola Proaño y Gustavo Geirola
(3 tomos)
- dramaturgos argentinos en el exterior
Incluye obras de J. D. Botto, C. Brie, C. Castrillo, S. Cook, R. García, I. Krugli, L. Thénon, A. Vargas y B. Visnevetsky.
Compilación: Ana Seoane
- el universo mítico de los argentinos en escena
de Perla Zayas de Lima (2 tomos)
- air liquid
de Soledad González
Coedición con Argentores
- un amor de Chajarí
de Alfredo Ramos
Coedición con Argentores
- un tal Pablo
de Marcelo Marán
Coedición con Argentores
- casanimal
de María Rosa Pfeiffer
Coedición con Argentores
- las obreras
de María Elena Sardi
Coedición con Argentores
- molino rojo
de Alejandro Finzi
Coedición con Argentores

cuerpos con sombra
se terminó de imprimir en
Buenos Aires.

